

Fernando Santos ++++++

DESPERTAR PARA O SUCESSO

Um guia prático para atrair
valor para a sua vida.





Fernando Santos ++++++

DESPERTAR PARA O SUCESSO

Um guia prático para atrair
valor para a sua vida.

Copyright © 2019 Fernando Santos
Todos os direitos reservados.

DEDICATÓRIA

Mãe, como queria que estivesse aqui para dividir toda essa jornada comigo. Saudade eterna.

Pai, você é e sempre será meu maior super-herói. Obrigado por sempre estar ao meu lado.

Amo vocês!

Sumário

[Um pouco sobre mim](#)

[Por que eu escrevi esse livro?](#)

[Por que você deve ler esse livro?](#)

[Lições de poder](#)

[1 – Foco no objetivo não nos obstáculos.](#)

[2 – Esteja com pessoas que tenham objetivos e mesmo perfil de pensamento.](#)

[3 – Autoconfiança, Autocontrole e Iniciativa](#)

[4 – Entusiasmo](#)

[5 – Fracasso e Tolerância](#)

[6 – Regra de Ouro](#)

[Percepções sobre a Lei da Atração](#)

[O sábio sabia que o sabiá....](#)

[Jogo é jogo. Treino é treino.](#)

[Caminhando contra ao tempo...](#)

[Sem sombra de dúvidas...](#)

[“Estou a 2 passos... do paraíso” \(quer dizer 5 passos\)](#)

[Enfim...](#)

[Considerações](#)

[Saber Ler as Emoções](#)

[Hackeando Sua Mente](#)

[Hack #1 – Pare de perder tempo com redes sociais.](#)

[Hack #2 – Utilize no dia a dia eventos *time boxed*](#)

[Hack #3 – Recompense a si mesmo](#)

[Hack #4 – Conheça e Aplique o Princípio de Pareto](#)

[Hack #5 – Beba Pelo Menos 2 Litros de Água Por Dia](#)

[Hack #6 – Exercite-se diariamente](#)

[Hack #7 – Escreva uma “Caderneta da Gratidão”](#)

[Hack #8 – Reserve um tempo para você e medite](#)

[Hack #9 – Tenha uma playlist motivacional](#)

[Hack #10 – Cultive a Motivação](#)

[Hack #11 – Elogie e ajude.](#)

[Hack #12 – Invista em si mesmo](#)

[Hack #13 – Leia Mais Livros](#)

[Leituras que valeram muito](#)

[Agradecimentos](#)

UM POUCO SOBRE MIM

De todas as partes do livro essa com certeza foi a mais difícil de fazer. Falar sobre nós mesmos sempre soa esquisito. As vezes humilde e diminuto demais, outras vezes soberbo e arrogante. Atualmente tenho 37 anos (quase 38 é fato!), sou casado e tenho 3 filhas. Para ficar simples, vou fazer um breve resumo cronológico com os fatos considerados importantes nessa ocasião.

Sou um filho adotado, mais novo e temporão de 6. Único homem (sou eu e cinco irmãs). Posso dizer que fui uma criança muito amada e mimada. Meus pais nunca me deixaram passar nenhuma necessidade. Meu pai era funcionário público e advogado, minha mãe nessa época era dona de casa e uma excelente cozinheira, isso a fez ser uma empreendedora de sucesso e prestígio mais tarde em Presidente Prudente, interior de SP. Desde de criança lembro que gostava de coisas místicas, personagens fantásticos, contos medievais, vampiros, elfos, magos, cultura celta e nórdica, wicca, caçadores de fantasma, parapsicologia, etc. Todos temas que sempre me encantaram. De certa forma queria me ligar com essa força invisível e fantástica e consumia todo o tipo de leitura.

Por volta dos 14 ou 15 anos, lembro que era um adolescente normal para os anos 90, jogava basquete na escola, era um pouco nerd, tinha notas razoáveis e gostava muito de me manter ativo com esportes. Nessa mesma época, além de continuar minhas leituras as vezes esotéricas/ocultistas descobri o universo Marvel. Isso se tornou quase uma religião para mim, gostava da forma como os heróis eram retratados, sua dualidade humana. Sou muito fã até hoje do Homem-Aranha, “um grande poder traz uma grande responsabilidade”. Esse assunto daria um outro livro. Posso afirmar que tinha uma tendência para

assuntos estranhos, mas veja como era a época: o boneco fofão vinha com facas dentro dele, Xuxa tinha pacto com o capiroto, quadro da criança chorando matava pessoas e te seguia com o olhar... Enfim, restou-me ser para alguns o esquisito. Sofri um certo bullying por isso, confesso. O ponto alto, foi quando a psicóloga da escola onde estudava, chamou meus pais e disse que eu poderia ser esquizofrênico. Tempos difíceis, mas passou. Minha família sempre foi muito católica, encontrei nesse período força na religião, quis até ser padre e passei um curto tempo no seminário. Por volta dos 18 anos, já tinha desistido de ser padre e minha mãe já tinha um rotisseria.

Admirava demais a força e disposição para o trabalho daquela mulher, lembro de pouquíssimas vezes vê-la desanimada para o trabalho. Era pão, macarrão, bolo, escabeches, salgados, recheios e ainda conseguia dar atenção para mim e para todos. Minha mãe foi minha primeira grande inspiração para determinação, força de vontade e garra. Ela nunca me falou sobre nenhum desses temas, seus exemplos foram poderosíssimos acredito que para mim e todas minhas irmãs.

Comecei a jogar RPG e isso trouxe à tona toda a vontade de ler e conhecer o mundo do oculto novamente, especificamente pela era medieval. Um livro marcante nessa época foi ‘O mundo de Sofia’ de Jostein Gaarder. Tinha entrado no campo da filosofia. Isso era algo que era da minha essência. Nessa época iniciei um curso de ciência da computação, larguei no segundo ano, prestei administração, desisti no segundo ano também, me mudei para São Paulo para fazer administração hoteleira (queria ser cozinheiro e surpreender minha mãe), larguei no último semestre faltando apenas duas matérias, depois com 30 anos fui fazer ciências contábeis, fiz só um semestre.

Atualmente estou cursando engenharia de produção (quem sabe dessa vez vai!). O problema não era estudar, ou as notas, mas sim o propósito. Não

havia ali um propósito e isso me desanimava. Profissionalmente fui vendedor, auxiliar administrativo e cozinheiro. A vontade mesmo era empreender, queria construir a minha história. Algo do tipo “meu negócio minhas regras“. Não tinha ainda um objetivo claro e definido e isso me levou a experimentar várias modalidades de emprego.

Em 2006, casei e me mudei com a família de São Paulo para Bauru, no interior de São Paulo. Depois moramos um tempo em Botucatu, cidade a 90km de Bauru. Foi nesse ano que assisti ao filme “O Segredo” e novamente o impulso para ler e aprender sobre o oculto me chamava. Voltei a estudar, porém numa abordagem diferente. Descobri Napoleon Hill, Ben Zruel, Dale Carnegie, entre outros. Passei a estudar sobre esses caras, além de linguagem corporal e expressões faciais influenciado pela série Lie To Me.

Até que em 2013, passei num concurso para trabalhar na USP como técnico e cá estou até hoje. Voltamos a morar em Bauru. E em 2018 fui transferido para Santos-SP, minha atual cidade de residência. Ser funcionário público realmente tem

seus benefícios, mas era algo que realmente matava, dia após dia, aquele sonho de ser empreendedor.

Em 2019 eu quebrei financeiramente, não tinha dinheiro para ir no mercado comprar comida para minha família, fiquei meses sem cortar o cabelo porque não me sobrava grana, e a grana que tinha, as prioridades eram outras. Entre os anos de 2016 e 2019 eu passei e ler muito sobre biografias de pessoas de sucesso, desenvolvimento pessoal, linguagem corporal, micro expressões faciais, persuasão, espiritismo, entre outros temas.

No capítulo sobre referências vou falar mais sobre os livros, autores que me influenciaram e influenciam até hoje. Voltando a 2019, ter quebrado em Santos, numa cidade com custo de vida alto, acostumado a ter um padrão de

vida melhor, sem amigos, foi a melhor coisa que me aconteceu. E esse livro conta justamente isso, como esse momento onde me encontrei no fundo do poço, desesperado, sem nenhuma perspectiva, foi a melhor coisa que me aconteceu.

Aqui está exatamente como tudo começou a mudar a partir do momento em que eu fui realmente forçado a mudar. Doloroso, porém maravilhoso.

POR QUE EU ESCREVI ESSE LIVRO?

Assim como eu, acredito que há pessoas que sofrem, sofreram ou sofrerão algo similar com o que aconteceu comigo. Esse livro vai mostrar a minha experiência e quais foram as ferramentas que usei. Veja bem, não sou nenhum doutor no assunto, não tenho títulos, apenas vivi e diariamente dou duro para construir sempre uma melhor versão de mim mesmo.

Meu cunhado, que atualmente mora na Nova Zelândia, ensinou-me que podemos e devemos melhorar 1% todo dia e é isso que busco fazer. Sou alguém que despertou e dia após dia encontrou um propósito e mostro aqui, tanto a teoria que me motivou quanto a prática.

Este livro me serviu como uma válvula de escape também, me tirou de uma possível depressão. Há um ditado que diz: “o exemplo não é a melhor forma de educar, é a única”.

Aqui vai meu exemplo, minha experiência, minha contribuição para que sua história possa ser melhor. Para que você não cometa os mesmos erros que eu, para que você possa usar aquilo que funcionou (se for conveniente). Já te digo de antemão, não será fácil. Muitas vezes será doloroso, porém será extremamente gratificante. Você vai aprender a mudar sua forma de se enxergar, de se adrenalizar e acima de tudo de conhecer e respeitar a si mesmo. Já dizia Sócrates: “conhece-te a ti mesmo e conhecerás o mundo e seus deuses”.

POR QUE VOCÊ DEVE LER ESSE LIVRO?

Aqui você tem um condensado de ferramentas que realmente funcionaram. Você não vai precisar dedicar um tempo enorme lendo uma pilha gigante de livros para começar a tirar seus planos da cabeça e encontrar motivação para dar os primeiros passos nem gastar muito.

Estudar para desenvolvimento pessoal é um investimento muito bom, mas assim como eu, nesse começo não tinha tempo nem dinheiro para comprar todos os cursos e livros que queria. Posso dizer que assisti a horas e horas de vídeos no YouTube. Li dezenas de livros, autoajuda, biográficos, espiritualistas, a bíblia. De Jesus Cristo a Gandhi, de Jorge Paulo Lehmann a Silvio Santos, de Napoleon Hill a Napoleão Bonaparte, Alexandre o Grande, Martin Luther King, Michael Jordan, Sylvester Stallone, Abilio Diniz, Andrew Carnegie, Thomas Edison e Lincoln, Sir Arthur Conan Doyle e todos os Sherlock Holmes, Paul Ekman, enfim foram muitos.

Ao final você vai ver todas as referências. Quero que esse seja seu pontapé inicial para uma real mudança de comportamento. Quero que você melhore dia após dia. Quero que acima de tudo você tenha a coragem de AGIR. Saiba que seus medos e receios, suas dúvidas e desconfianças são normais e você vai aprender a vencer todos esses obstáculos. Uma coisa eu posso afirmar, esse livro pode ter sido o melhor investimento da sua vida ou você pode ter torrado uma grana à toa. Tudo depende de como você vai aplicar esse livro na sua vida cotidiana.

Você deve estar se perguntando: “Fernando, você consegue aplicar tudo que está nesse livro na sua vida? ”. A resposta sincera é: “Não”. Mas sigo melhorando dia após dia. Incorporo hábitos bons, melhora meu mindset,

torno-me cada dia mais grato, aprendo a me corresponder com o Universo cada dia melhor. Assim como você estou na minha jornada pessoal e esse livro também serve de guia para mim. Autocontrole e Autodisciplina para ir incorporando esse conteúdo e você conhecerá e viverá o real sentido do progresso pessoal.

LIÇÕES DE PODER

Neste capítulo vou explicar de forma resumida e prática as leis do êxito de Napoleon Hill. Estas serão base para entender e aplicar a lei da atração e mudar seu mindset. Aqui vou explicar o como e o porquê. Não pule esse capítulo. Ele mostra como são as regras do jogo, assim também poderá usá-las a seu favor quando precisar.

1 – Foco no objetivo não nos obstáculos.

Essa você deve estar cansado de ouvir e saber. Mas já parou para pensar em como manter o foco? Já parou para pensar no que realmente você quer? Não digo de coisas genéricas, digo de um objetivo claro, bem definido, por escrito. Se alguém te perguntar: “Qual o objetivo da sua vida?” e sua resposta for: “Ser feliz!” Está na hora de repensar objetivos. Não, não estou dizendo que esse é um objetivo ruim. Mas para avançar é preciso ir além, ser feliz é consequência. O que te faz feliz? O que te faz sentir incrível? O que você tem prazer e tesão em fazer? Pode ser que você seja feliz sendo médico socorrista de um hospital, pode ser que você seja feliz sendo padeiro... isso não importa, mas veja a diferença clara de objetivos aqui. Deixe de ser vago.

Traçar um objetivo bem definido e claro, te dá a oportunidade de se autoconhecer e ainda você percebe que é possível ir criando metas intermediárias até chegar lá. Tenha esse documento por escrito, é seu compromisso com você mesmo e lembre-se é o SEU objetivo. Acredite em mim, eu tinha alguns objetivos e quando contava para as pessoas era taxado de sonhador, que não tinha pé no chão, que pensava grande demais, entre outros adjetivos como incompetente, burro, lerdo.

Outro detalhe, toda essa carga “motivacional” veio de pessoas próximas e senti na pele o quanto isso machuca. Ter o objetivo claro, definido vai fazer com que, independentemente de quem falar qualquer coisa, você estará blindado para seguir em frente. As pessoas não conseguem atingir os próprios objetivos e querem fazer você acreditar que você também não vai conseguir. É mentira delas. Você realmente pode conseguir o que quiser. Lembre-se, é realmente muito importante você ter seu objetivo por escrito, você não tem ideia da força e da energia que isso manda para o Universo. Vamos lá, comece a agir já.

O Universo gosta de atitude e pensamento positivo. Com um objetivo claro você canaliza todas suas forças para atingi-lo. Ser bem-sucedido ou malsucedido dá o mesmo trabalho para o Universo, escolhe certo o que você quer e canaliza nisso. Nosso cérebro é ação. Ele quer transformar seus pensamentos em realidade. Ele não sabe distinguir o que é real do que é imaginação. Se você pensa, acredita e fala toda hora coisas negativas ele vai se esforçar para que aquilo se torne realidade. Se você começa a focar no seu objetivo ele vai fazer com que ele vire realidade. É simples assim.

Chegou a hora, mergulhe dentro de você, o que te faz feliz? Escreva seu objetivo e não vem de Zeca Pagodinho não, esse negócio de “deixa a vida me levar...”

“Conhece-te a ti mesmo e conhecerás
o Universo e os Deuses”

Sócrates

2 – Esteja com pessoas que tenham objetivos e mesmo perfil de pensamento.

Vamos lá, essa é fácil. Se você pensa em ser empreendedor, mas todos a sua volta são funcionários públicos concursados vocês pensam completamente diferente. São escolhas diferentes, não há o certo ou errado. Aqui entra um conceito interessante de Napoleon Hill que se chama *Mastermind* ou Mente Mestra. Segundo ele, quando duas ou mais pessoas se juntavam em torno da mesma linha de pensamento, todos se ajudavam a alcançar seus objetivos.

Há nesse conceito uma cooperação entre os membros do grupo. Você atrai pessoas pela sua forma de pensar e também as repele. Cercar-se de pessoas positivas, com linha de pensamento como a sua, com o que você busca, além de te motivar traz um baita networking de qualidade. Todo o progresso da humanidade foi conquistado assim, com cooperação de mentes em torno de um objetivo, de uma forma de pensar. Conheça pessoas novas.

Hoje isso é fácil, tem um monte de redes sociais, grupo de facebook e fóruns. Veja não digo aqui que uma forma de pensar é certa e outra errada. Isso é uma escolha de cada um, mas aqui o que eu quero dizer é que você tem que, primeiramente acreditar naquilo que você escreveu na lição anterior. Pessoas nessa mesma pegada que você, também passam por momentos de dúvida e baixa autoestima assim como você passou, passa ou vai passar.

Perceba a diferença entre você estar com pessoas que realmente tem a mesma linha de pensamento que você e pessoas que não tem. Em um momento de baixa isso é realmente significativo. Isso é um fato divisor entre aqueles que seguem em frente e os que desistem. Ninguém faz nada sozinho. É fundamental você ter um grupo alinhado em pensamento. Vale a pena construir esse tipo de relação. Nenhuma pessoa, por melhor que seja, é

melhor que o grupo. Jesus mesmo precisou de 12 apóstolos...

Você também vai precisar de parceiros. Olha só algumas vantagens que um grupo desses tem: você aprende a vencer a você mesmo, aprender a lidar e a vencer dificuldades, aprende a sair fora da caixinha com outros pontos de vista, sempre aprende coisas e novas, evolui como ser humano.

E essas são só algumas, aposto que com o tempo você mesmo vai me dizer outras. Sua mudança de mindset vai te fazer mudar a forma como as pessoas te influenciam.

“Qualquer pessoa de sucesso sabe que
é uma peça importante, mas que não
conseguirá nada sozinha”

Bernardinho

3 – Autoconfiança, Autocontrole e Iniciativa

Todo dia ao acordar, agradeça pelo dia recebido. É mais um dia que você tem a chance de construir seu objetivo. Logo após isso, comece o dia bem. Nada de função soneca, nada de mau humor, comece seu dia com uma posição de líder.

Sorria para você mesmo no espelho, tenha orgulho de estar onde está. Elogie-se. Tenha a certeza que você é FODA! Você não precisa ser arrogante, mas saiba que você é bom pra caramba. Você é merecedor e vai fazer o melhor que puder nesse dia. Há uma diferença em se reconhecer foda e ser arrogante.

A partir do momento que você se vê com elevada autoconfiança você não precisa diminuir ninguém para se sentir grande. Quando se é arrogante, sempre vem o fator de comparação e alguém é diminuído. Por exemplo, “Eu, Fernando, eu sou Phoda (com ph mesmo que sou *old school*), sou bom pra caramba em tudo que me proponho fazer, conquisto todos meus objetivos”. Isso é uma declaração de autoconfiança.

Veja a diferença de uma declaração arrogante: “Eu, Fernando, sou mais foda que você que está aqui lendo para tentar aprender alguma coisa comigo”. Percebeu a diferença? Nessa segunda eu tive que diminuir alguém para ser maior, isso não me faz melhor só me faz um babaca. Dica: não seja um babaca.

Seja o primeiro a acreditar em você mesmo, se você não passar essa credibilidade ao mundo, às pessoas a sua volta, se você realmente não sentir o quão bom você é, eu juro ninguém fará a mínima questão disso também. Você compraria ou acreditaria numa pessoa que claramente não confia naquilo que ela fala ou faz?

Nesse ponto o corpo fala, você pode dizer muita coisa verbalmente, mas todo o resto do seu ser está tentando se esconder, está se retraindo e você está mostrando que não acredita em você mesmo. Faça como falei, acorde agradecendo pelo dia recebido, nada de função soneca, seja confiante, elogie-se e crie dia a dia a certeza de que você é FODA.

O autocontrole é a sua blindagem a tudo de vem de fora. Sabe aquela muralha dos castelos medievais quase intransponíveis? Então, o autocontrole serve exatamente para isso, impedir que o que vem de fora faça uma bagunça nas suas emoções. O cara do trânsito buzinou atrás de você e você perdeu a cabeça? Teve um fracasso na busca do seu objetivo e quer desistir? Quer comprar um curso muito bom para seu desenvolvimento, mas aquele *smartphone* entrou em promoção e ficou tentado em gastar o dinheiro com isso?

Veja, a todo momento tentações, frustrações, mudanças de humor, notícias, chegam a nós sem que nem sequer pedirmos. Ter autocontrole é saber onde se quer chegar e não agir emocionalmente. No caso do *smartphone* mais acima o que te leva para mais próximo do seu objetivo? O curso ou o *smartphone*?

Lidere a si mesmo, tome as rédeas da sua vida, tenha uma crença inabalável naquilo que tem como objetivo. Aja a seu favor, sempre. Medite! Tem uns áudios bem legais no YouTube, Spotify e outros para meditar. 5 minutos, é isso. Pare, respire e desligue-se! Vai te fazer um bem danado para você manter seu autocontrole durante todo o dia.

Exercite-se. O cortisol é nosso “hormônio do stress”, uma das formas de diminuí-lo é com exercício físico e não, você não precisa ser um maratonista. Uma caminhada no parque, na rua, no campo, na vizinhança, na praia já conta. Pare o carro a 1km do serviço, isso já garante 2km de caminhada no

dia. Ter autocontrole te mantém no foco do objetivo. As tentações para sair do caminho serão muitas e a todo instante. Esteja no comando da sua vida.

Qual foi a última vez que você fez algo pela primeira vez? Tome a iniciativa e tente algo novo, sempre. Uma nova experiência, uma viagem para um lugar diferente, um caminho diferente para chegar em casa ou no trabalho, uma culinária diferente, um idioma completamente novo, qualquer coisa.

Tenha iniciativas. Isso te dá base para tomar as rédeas de sua vida. Você passa a ser um líder de você mesmo, você perde o medo de tomar a iniciativa para a busca do seu objetivo. A cada dia, tome a iniciativa, levante, agradeça e vamos agir. Isso causa muito espanto nas pessoas. Elas passam a te ver como uma pessoa que não tem medo, que vai atrás e você servirá de exemplo de liderança. Assim você fará um bem para os outros também.

Tome iniciativas emocionais também. Brigou com pai, mãe, irmão, amigo.... Vai lá, pede desculpa. “Ah, Fernando, mas eu não errei quem errou foi o outro. Ele que tem que vir pedir desculpa para mim”. Iniciativa, vai lá, desculpe-se. Fique com seu coração calmo, consciência tranquila. Não tenha a posição passiva da maioria pelo amor de Deus, não seja orgulhoso. Dê o primeiro passo. Tirar esse ranço da gente faz com que vida seja leve, nos faz mais feliz, mais admirados, mais confiantes. Não tenha medo de dar o primeiro passo. Isso nunca será sinal de fraqueza. NUNCA! Tenha autoconfiança, pois você está fazendo o certo, tenha autocontrole, pois você precisa dele para manter o foco no objetivo e tenha iniciativa, pois te faz inigualável e líder de você mesmo.

Isso te liberta, não passe a vida toda dependendo de alguém. Tenha atitude, sem esses três pilares você vai acabar passando a vida inteira se preparando para algo que nunca vai chegar. O momento é agora. Sem mimimi. Sabe aquele projeto que você acha difícil? Sabe aquela conversa que você quer ter?

Hora de ter atitude. Prepare-se para adversidades para não perder seu autocontrole. Tenha a autoconfiança e saiba que você pode e é merecedor. Acorde todo dia disposto a dar o primeiro passo e ser seu próprio líder.

“Cada sonho que você deixa para trás é um pedaço do seu futuro que deixa de existir. Não deixe que o ruído da opinião alheia impeça que você escute sua voz interior”

Steve Jobs

4 – Entusiasmo

Primeiramente, acho que é uma obrigação definir essa palavra. Vamos lá, Entusiasmo: do grego “*enthousiasmós*” que significa “inspiração divina”; ardor que impulsiona alguém a fazer algo; arrebatamento. Winston Churchill dizia: “o sucesso é ir de fracasso em fracasso sem perder o entusiasmo”.

Note que sempre que iniciamos qualquer tópico, sempre há algo em comum que é o agir. Aqui de novo, entusiasmo tem relação direta com o agir com ardor. O entusiasmo é o melhor combustível para seguir em frente. É gasolina pura, aditivada. É fogo que faz arder o desejo de vencer e vai iluminando a trilha, queimando ervas daninhas para limpar. Perceba aqui algo muito importante, a maioria das pessoas querem mudar de vida. A maioria das pessoas estão insatisfeitas. Elas vão lá, escrevem seu plano, agem, se dedicam e por que elas não vencem? Por que elas não conseguem? Porque elas desistem no meio do caminho, porque muitas pessoas têm mais medo da luz que podem ter. Preciso aqui transcrever exatamente um trecho de um texto de Marianne Williamsom

“Nosso maior medo não é sermos inadequados. Nosso maior medo é não saber que nós somos poderosos, além do que podemos imaginar. É a nossa luz, não nossa escuridão, que mais nos assusta. Nós nos perguntamos: “Quem sou eu para ser brilhante, lindo, talentoso, fabuloso?”. Na verdade, quem é você para não ser? Você é um filho de Deus. Você, pensando pequeno, não ajuda o mundo. Não há nenhuma bondade em você se diminuir, recuar para que os outros não se sintam inseguros ao seu redor. Todos nós fomos feitos para brilhar, como as crianças brilham. Nós nascemos para manifestar a glória de Deus dentro de nós. Isso não ocorre somente em alguns de nós; mas em todos. Enquanto permitimos que nossa luz brilhe, nós,

inconscientemente, damos permissão a outros para fazerem o mesmo. Quando nós nos libertamos do nosso próprio medo, nossa presença automaticamente libertará outros”.

Sabe essa luz? Para acendê-la e mantê-la acesa, sabe o que precisa? ENTUSIASMO! Todas pessoas de sucesso na história conseguiram porque eram apaixonadas pelo seu objetivo de tal forma que não importava o quão complexo ia se tornando, elas seguiam determinadas, com uma fé inabalável.

Não era a intenção mas vou perder um tempo a mais aqui porque vocês merecem ter muitos exemplos aqui, merecem brilhar. Thomas Edison, inventor da lâmpada disse: “Eu não falhei. Apenas descobri 5 mil maneiras que não funcionam”. Michael Jordan “Errei mais de 9.000 arremessos na minha carreira. Perdi quase 300 jogos. Por 26 vezes fui escolhido para fazer o arremesso final e falhei. Falhei vezes e mais vezes na minha carreira. E foi por causa disso que me tornei um vencedor”. A lista aqui pode ser bem longa. Disney, Stallone, Zara, Musk. No Brasil temos Robinson Shiba, Carlos Wizard, Augusto Cury, Alexandre Tadeu da Costa, Silvio Santos. Por onde você olhar, você encontrará pessoas de sucesso e todas com algo em comum, o entusiasmo com que lidam com seus objetivos. Aqui está a pedra fundamental das teorias de Napoleon Hill, do filme “O Segredo”, do que chamam de oração quântica, não importa o nome. A forma como você idealiza, foca, energiza, aspira, sonha, deseja e vai atrás com entusiasmo, essa automotivação, essa fé em si mesmo, essa capacidade de acreditar na realização. Como diria Johann Goethe “Quando uma criatura humana desperta para um grande sonho e sobre ela lança toda a força de sua alma, todo o universo conspira a seu favor”.

É você, somente você que tem o poder de manter essa fagulha acesa. Um texto aqui, um vídeo ali pode até ajudar a dar um *start* nesse entusiasmo, mas

a permanência dele é só com você. Escute aquela música que te dá uma injeção de ânimo. Estar cercado com seu *mastermind* te ajuda muito a seguir com essa chama acesa, mas repito faça de tudo para desenvolver essa paixão inabalável e inquestionável em si mesmo e no seu objetivo. Esse será um desafio árduo e todos, em qualquer época da história, passaram por momentos de baixa. Não duvide de você nem nestes momentos por mais difícil de seja. Chore, grite, corra, mas siga. É assim que se ganha.

A vida é uma corrida de resistência não de velocidade. Faça a diferença na sua vida e assim você vai fazer a diferença na vida de muitos. Temos uma nova geração de pessoas jovens que estão despertando para esse entusiasmo, sem medo do desafio de ser aquilo que eles realmente querem. Vou dar 3 exemplos que me chamam muito atenção, e apesar da pouca idade, eles me ensinam muito. São eles: Tiago Fonseca, Raian dos Santos e Vitor Santos. Cada um com uma história de superação diferente. Cada um com oportunidades e escolhas diferentes. Coisas em comum a todos, entusiasmo e perseverança. Mesmo no fundo do poço, mesmo com todas as dificuldades, mesmo tendo muitas dúvidas a respeito deles mesmos, eles agiram com entusiasmo em busca de seus sonhos e enxergaram o objetivo, não os obstáculos e venceram. Coloque amor, carinho, dedicação, respeito em todas as suas ações. Aja sempre com entusiasmo. Prefira a loucura do entusiasmo à indiferença da sabedoria sempre, assim você contagiará e si a todos.

“O entusiasmo é a maior força da alma. Conserva-o e nunca te faltará poder para conseguires o que desejas”

Napoleon Hill

5 – Fracasso e Tolerância

Pois é, o fracasso faz parte do sucesso. Estranho né?! Aqui o princípio é assim: você precisa cair para aprender a levantar. Acha que vai ter sucesso logo na primeira tentativa? Muito difícil! Vai desistir no(s) primeiro(s) fracasso(s)? Então você não aprendeu nada até aqui e não quer tanto assim o sucesso, só “meio que quer”. A frustração deve ser considerada como uma fonte de inspiração.

Lembre-se de quando falei, logo mais acima, de Thomas Edison e Michael Jordan? Veja, eles reconheceram que somente obtiveram o sucesso devido aos seus fracassos. Cada fracasso eles enxergaram como uma nova oportunidade de melhorar ou aperfeiçoar a si mesmo e assim, melhorar o que faziam. Cada vez que você fracassa descobre um jeito de não fazer tal coisa, como não reagir a tal situação. Aprende. Melhora. Tenta de novo. Chegara o momento em que a única opção que restará é o sucesso. Imagina quantas vezes um pai poderá permitir que seu filho caia antes de desistir de ensiná-lo a andar com perfeição e sem precisar de nenhum apoio? Acho que você deve imaginar que a resposta é: “eu deixaria ele tentar até conseguir” e eu concordo com você, mas por que você também não pensa e age assim com você mesmo? Por que não cai e levanta, e segue tentando, e segue levantando, e segue andando até poder enfim correr?

Você sempre lidou com o fracasso e com frustrações. O que é necessário realmente é entender que você não é um fracassado nem um frustrado. Você é muito mais que isso. Seja tolerante com você e com os que te rodeiam. Nem sempre será fácil. Ninguém vai te dar o sucesso numa bandeja. Você tem que estar disposto a suar, a fracassar, a chorar. Você deve estar disposto a fazer tudo para merecer o sucesso.

Não espere que alguém te desafie. Desafie a si mesmo sem medo do fracasso, mas se tiver medo faça mesmo assim. No mundo há pessoas incríveis, mas sem motivação, sem entusiasmo. Por outro lado, há pessoas que estão dispostas a trabalhar até caírem e que não tem nenhum talento natural expressivo. Estas vão se tornar bem-sucedidas porque estão determinadas. Sabem que o fracasso faz parte e são tolerantes com elas mesmas.

Seja íntegro com suas relações. O fracasso sempre é um professor duro, mas eficiente. Aceitar o fracasso é se libertar. Você terá que treinar como nunca treinou, terá de estudar como nunca estudou, terá de trabalhar como nunca trabalhou. Ouvirá críticas como nunca ouviu antes. As pessoas não irão te reconhecer.

Liberte-se, você precisa disso. Você pode ser o que quiser, pode fazer o que quiser, mas você terá que se libertar e parar de ser uma vítima e esperar que alguém lhe abra uma oportunidade, que alguém lhe abra uma porta. Desculpe-me, mas apontar dedos, terceirizar a culpa, isso é uma coisa que fracassados fazem. Você não é um fracassado.

O fracasso é apenas uma forma de aprender uma lição. O fracasso dói. Dói muito, mas acredite, independentemente do tempo que demorar para passar essa dor, não desista. No final algo maior toma conta de onde essa dor estava. Ela só irá durar para sempre se você desistir. O fracasso é só uma forma de aprender como não chegar ao sucesso. Use a tolerância como uma aliada.

A tolerância permite assimilar seus fracassos e limitações bem como o dos outros. Desenvolva a empatia. Reconheça que você, nem ninguém, pode controlar tudo e todos. A tolerância permite você aprender com seus próprios erros e com os erros dos outros também. Nesse ponto eu quero que você entenda que você terá que sacrificar quem você é para se tornar quem você vai ser.

A maioria não conquista o que desejam porque cansam e desistem, falham e desistem, ouvem críticas e desistem, qualquer motivo que não seja totalmente positivo e desistem. Você já deve ter ouvido frases do tipo “eu não sou bom em matemática!”, está certo você nunca de fato estudou ou se interessou. Você falhou e simplesmente desistiu porque achou que era difícil demais ou que você não seria inteligente o bastante.

Esse foi só um exemplo, mas você pode refletir em vários pontos que você simplesmente desiste. Muitas vezes você até quer, mas tem medo do fracasso. Saiba lidar com o fracasso e seja tolerante com erros, você não pode controlar tudo.

Talento todos temos, uns mais outros menos. Habilidade é algo que você só desenvolve com horas e mais horas de dedicação batendo insistentemente na sua capacidade. Nunca chore por desistir, chore por continuar. Você já fracassou anteriormente, já se machucou, já lutou, está com dor. Não é hora de desistir, você chegou longe, leve sua recompensa disso. Você terá exatamente a recompensa que acredita que merece, o universo é justo.

“O sucesso é ir de fracasso em
fracasso sem perder o entusiasmo”

Wiston Churchill

6 – Regra de Ouro

Conhecida como A Regra de Ouro, essa lei é usada em grande parte das religiões e filosofias de vida já criadas no mundo. Se ela fosse realmente levada a sério, viveríamos em um mundo bem melhor. No momento em que você percebe que todos somos – seres vivos e meio-ambiente – uma única rede interdependente, que a ideia de ‘eu’ como uma coisa distinta e independente nada mais é do que uma ilusão, aí meu amigo, temos uma grande oportunidade de nos libertarmos de padrões limitadores. Tratar as outras pessoas como a si mesmo é um passo importante para essa compreensão.

Também é conhecida como a lei da reciprocidade, regra áurea. Para dar um exemplo, Jesus disse: “Tudo quanto, pois, quereis que os homens vos façam, assim fazei-o vós também a eles; porque esta é a Lei e os Profetas.” Mateus 7:12. Pronto, ele também ensinava a regra de ouro. Acha que foi só Jesus e isso é coisa do cristianismo? Engana-se. Confucionismo: "Não faça aos outros o que você não quer que façam a você" Analectos 15:23. Hinduísmo: "Este é o supremo dever: não faça aos outros o que poderia causar dor se te fosse feito a ti" Mahabharata 5:1517. Judaísmo: Moisés escreveu: "Não te vingarás, nem guardarás ira contra os filhos do teu povo; mas amarás o teu próximo como a ti mesmo. Eu sou o SENHOR" (Levítico 19:18). Budismo: "Não trates os outros de maneira que tu próprio achas que te feriria" Udana-Varga 5:18.

Viu só como essa regra é importante. Tem um livro que se chama “Como fazer amigos e influenciar pessoas” de Dale Carnegie. Ele explica em como obter influência nas pessoas somente utilizando essa regra. Ela é tão poderosa, mas tão poderosa que as pessoas mais influentes do mundo e grandes líderes entenderam o funcionamento dessa lei e até hoje são

admirados e seguidos. Veja na lista acima, Moisés, Jesus, Buda e os demais. Independentemente de sua religião, sua fé ou crença; importando-se apenas com a parte humana e não divina desses grandes personagens, perceba o que eles pregaram e como até hoje são exemplos de liderança e admiração.

Não é fácil, mas vou te dar uma dica. Pelo menos 1 vez por dia elogie alguém de forma sincera e educada. Pode ser qualquer coisa e não espere um elogio de volta. Aliás, não espere nada de volta. Só elogie. Pode ser a roupa, o trabalho, a comida, qualquer coisa mesmo, mas tem que ser de forma sincera. E outra coisa também, pelo menos 1 vez no dia faça uma gentileza para alguém. Sempre sem esperar nada em troca. Faça de forma sincera. Novamente eu explico que pode ser qualquer coisa. Ajudar uma velhinha a atravessar a rua, carregar as compras de alguém no mercado, segurar o elevador para a pessoa que está chegando, qualquer coisa.

Sei que oportunidades não vão faltar. Você estará treinando e praticando a regra de ouro dessa forma. Você vai se impressionar com o poder que isso tem em nossas vidas. Aqui não há muito o que explicar, basta vivenciar essa lei universal da reciprocidade.

“A regra de ouro significa,
substancialmente, fazer aos outros
apenas aquilo que o desejaríamos que
os outros nos fizessem, se estivessem
em nossa situação”

Napoleon Hill

Aqui finalizo essa primeira parte que mostra um resumo prático das Leis do Êxito de Napoleon Hill, lembrando que mais na frente vou colocar todos os livros que eu li e me serviram de base para transformar a minha vida e que você poderá ler também.

Lendo primeiramente aqui você chega preparado para aproveitar ao máximo o conteúdo mais complexo dos livros indicados.

PERCEPÇÕES SOBRE A LEI DA ATRAÇÃO

Como Earl Nightingale disse: “O que quer que plantemos em nossa mente subconsciente e nutirmos com repetição e emoção, um dia se tornará uma realidade”. Esse é um ato de criação e não de atração. Bem, isso é na minha forma de entender. A energia é, a matéria não é.

O que isso significa é que a energia é tudo o que existe. Tudo é feito de pura energia, e dependendo de qual especialista você leu, então toda a matéria em toda a galáxia pode ser comprimida até o tamanho de uma bola de golf. Isso não é fascinante?

Agora não julgue, apenas observe. Mantenha algo dentro de você observando suas reações ao que você está prestes a ler. Não julgue suas reações, apenas observe-as. O julgamento é fraqueza, a observação é poder!

Henry Ford disse: "Se você pensa que pode ou pensa que não pode, de qualquer forma, você está certo". A verdade é que seus pensamentos são a coisa mais poderosa que você tem à sua disposição.

Ao longo dessa parte do livro, eu vou provar para você, além de qualquer dúvida que, "se você acha que pode, você pode e se você duvida que pode, então você não pode!"

O sábio sabia que o sabiá....

Você pode intelectualmente ‘acreditar’, mas quando você vive diariamente como um modo de vida então você se torna senhor de seus pensamentos e pode conseguir o que quiser. Esse é o mindset que quero e vou ajudá-lo a conquistar. Uma coisa é saber e outra coisa é viver. E é isso que o domínio da lei da atração vai lhe mostrar como fazer.

Aceite isso, o que quer que esteja acontecendo em sua mente, você está criando em sua realidade. Apenas considere isso por alguns segundos. Você não está procurando por conclusões, está apenas observando e, ao considerar por alguns instantes, está alterando a rede de contatos da sua mente. O que isso significa é: você se torna e cria seus pensamentos dominantes.

Pensar no que você não quer cria isso em sua vida. Por isso conhecer as leis do êxito de Napoleon Hill é importante, você cria uma nova estrutura de pensamento. O pensamento que vai fazer você despertar para o sucesso. Esse é o novo mindset que pode realmente mudar a forma como você passa a encarar a sua vida. Esse é o real poder transformador.

Vamos dizer que você está endividado. Se você pensa em sair da dívida, você cria dívida. Então você tem que alterar o seu pensamento para usar a lei da atração para se livrar da dívida. Seus pensamentos governam sua vida! Você concorda? Ou você acha que não está no controle e é apenas um fantoche? Porque se você acha que é apenas um fantoche, então pode fechar o livro e vamos parar por aqui.

Você é o que controla ou é o fantoche? Não diga a resposta, apenas a sinta. Sua escolha é certamente concordar que seus pensamentos governam sua vida. Por isso, é essencial compreender que a escolha cuidadosa de pensamentos é necessária e um plano para pensar sempre levando em conta

aquilo que você quer realizar na sua vida. Isso faz sentido?

Gandhi disse: “Um homem é o produto de seus pensamentos, o que ele pensa é o que ele se torna”. Então você é um criador; você cria com todo seu pensamento. Você costuma criar o tempo todo, porque você está recebendo o que você está dando sua atenção, seja o desejado ou o indesejado!

O domínio do pensamento é realmente uma necessidade na vida. Você entendeu? Você pode se tornar um mestre da lei da atração sem o domínio total da vida, embora a liberdade da dor, do sofrimento e de todos os pequenos 'males' da vida possa valer a pena quando você estiver pronto.

Então, como criamos?

Seu cérebro é um órgão da mente consciente; recebe pensamentos e quando seu cérebro raciocina que esses pensamentos são verdadeiros é então trazido à sua realidade. Sua mente subconsciente aceita as conclusões de sua mente consciente. Significa que você está no controle se estiver no controle de seus pensamentos.

Agora lembre-se de que sua mente consciente está lá apenas quando você está presente. A maioria das pessoas está, de fato, no ‘piloto automático’ e, portanto, não está presente com muita frequência. O ‘piloto automático’ é quando as pessoas estão inconscientemente acordadas, isso infelizmente é como você provavelmente (e infelizmente) está gastando sua vida. É necessário despertar

Para saber se você está acordado, pare e reflita se o tempo parece estar passando mais rápido a cada ano. Se achar que sim, então você está se tornando cada vez mais inconsciente, pois o tempo é uma constante. Quando você controla seus pensamentos, você percebe o tempo de modo real uma vez que ele deixa de ser mais rápido. Voltamos a perceber o tempo da mesma

forma de quando éramos crianças.

Sua mente consciente está cheia de lixo sobre como as coisas funcionam, isso é muito disfuncional. Logo, sua mente subconsciente é majoritariamente alimentada com lixo que acredita ser verdade.

Por quê? Porque você diz que é verdade. É por isso que criamos vidas disfuncionais! Arrume isso!

Criar com a mente começa com o controle de nossos pensamentos e até que façamos isso, não podemos criar a vida que desejamos. Vou falar um pouco sobre como fazer isso mais adiante. Você tem que ser capaz de controlar sua mente para que ela possa se concentrar sem interrupção e sem dúvida sobre o que você quer (lembra quando falei de objetivos e foco? É isso).

Se você continuar a se concentrar no que você não quer (o que quer que seja), então você apenas criará mais disso. Se você se concentrar em querer algo, então você vai criar mais de querer e você não vai conseguir. Para poder ter algo, você tem que criar a habilidade em sua mente para tê-lo antes de tê-lo, e para isso você tem que ser aquele que controla seus pensamentos.

O segredo é criar o que você deseja com seus pensamentos, ter atingido um estado mental em que realmente aconteceu e sentir isso acontecer em sua mente, e nesse processo você se torna desapegado porque já o teve. O que acontece é que você trabalha com afinco para tornar isso uma realidade para todos os outros, já que isso já é uma realidade em sua mente.

Você continua até chegar lá. Parece mágico, mas ter essa persistência é difícil, porém não é impossível. O que você deseja, o seu sonho é criado apenas com pensamento e, em seguida a ação propriamente dita. Como você cria tudo, o importante aqui é fazer de você um mestre da criação. Dependerá apenas da sua capacidade de controlar os pensamentos em sua cabeça. Esses

pensamentos são muito importantes, todos eles! Cada um deles!

Todos somos seres de criação, criamos o tempo todo, a questão é criar o que? A lei da atração é sobre você fazer a pergunta certa e definir a resposta, enquanto permite totalmente que isso aconteça no momento certo e da maneira perfeita para você.

Por alguns momentos, observe como isso faz você se sentir, pois sua observação identificará áreas nas quais você precisa se concentrar. Se você não tem sentimentos, pare a leitura, volte e leia novamente, pois o desafio não é ser o leitor mais rápido e sim obter o maior benefício.

Pergunte a si mesmo: “Estou à vontade com esse momento?” (Observe seus sentimentos) Pergunte a si mesmo com frequência: “O que está acontecendo dentro de mim agora?” Lembre-se de que você deve estar sempre tão interessado no que você tem no interior como você tem com o que está acontecendo fora.

Para ser capaz de criar, você não deve enviar pensamentos conflitantes, pois isso causa confusão, e é por isso que você precisa definir e quero dizer DEFINIR completamente e exatamente o que deseja. Não se preocupe em fazer isso agora, pois ainda não chegamos lá.

Por enquanto, apenas dê uma olhada nisso: o que você deseja já está formado (no instante em que você deseja) e seu trabalho é transformá-lo no mundo físico; como já é formado, então seu trabalho é certamente apenas permitir que ele entre em sua vida.

Toda criação acontece em sua mente. Você deve se tornar o observador de seus pensamentos. Lembre-se, se você acha que pode controlar seus pensamentos, então você pode, se você acha que não pode, então você não pode. Isso é uma escolha! E lembre-se também, não se arrependa, você deve

sempre se deliciar com você mesmo, pois não há nenhum benefício em não se deliciar com você mesmo.

Poucos meses atrás, tive a epifania de que todos eram naturalmente bem-sucedidos e, na verdade, todos planejamos ter sucesso. Eu pude ver qual era o problema que estava mantendo a maioria das pessoas de volta às vidas que não queriam. Eu encontrei o problema em primeira mão. Na época isso estava me segurando também.

Quando éramos crianças, não tínhamos o peso de más influências, suposições erradas e uma desconfiança de nossos próprios sentimentos nos atrasando. Nós também não tínhamos uma voz em nossa cabeça que soasse como a nossa e nos reprimisse como um valentão.

Um subproduto do nosso pensamento livre é a entidade que cada um de nós permite crescer dentro de nossas mentes chamado de ego. Ele fala coisas para nós como: "Você não está qualificado para conseguir o emprego." Ou: "Seus amigos não gostam de você, eles acham que você está mentindo". "Seu marido (ou esposa) não te ama", ou "Você é feio". Se é algo desagradável para você, não é você, é o seu ego!

Basicamente, à medida que envelhecemos, essa entidade adivinha cada movimento nosso e nos leva à distração. A voz soa como nós, então achamos que somos nós. O trabalho desta entidade é nos manter seguros e é composto de todas as suas experiências passadas e os resultados horríveis que você já viu e ouviu falar. Seu ego, em seguida, mistura seu momento com experiências de vida de seus pais e colegas e os entrega de volta para você em um esforço para impedi-lo de progredir!

Seu ego vê o progresso como assustador e assim procura mantê-lo seguro, mantendo você preso no passado que você sobreviveu. Por isso, sabe que se

you não fizer nada de novo, isso o manterá seguro. Infelizmente somos criaturas que não estão satisfeitas com o que temos e queremos mais, logo o conflito interno é inevitável.

Começamos a lutar contra o nosso ego e tentamos avançar. Conforme fazemos, nosso ego joga coisas ainda mais desagradáveis para nos impedir de nos mover. Nos dirá coisas desagradáveis que acontecerão conosco se dermos uma chance. Se entrarmos no negócio acabaremos sem lar. Se tentarmos amar alguém, isso nos decepcionará! Que merecemos estar deprimidos, como somos uma pessoa tão má!

Honestamente, se essa entidade fosse uma pessoa real, você nunca chegaria perto dela, mas por que nem sequer percebemos a entidade dentro da nossa mente? Justamente porque pensamos que somos nós. Então não conseguimos controlar o suficiente os nossos pensamentos para criar progresso. Você consegue ver a importância do controle do pensamento agora? Nosso ego tem permissão para viver porque não somos os controladores de nossos pensamentos. Temos um pensamento caótico acontecendo dentro de nossas cabeças e não temos estrutura para parar o caos e fechar nosso ego.

Imagine como seria a sociedade sem a ameaça da polícia e da prisão para nos manter em ordem. Essa estrutura nos permite sobreviver e viver em uma sociedade. Sem essa estrutura, desceríamos para a idade das trevas com relativa rapidez. Basicamente, precisamos de estrutura em nossas vidas, mas ninguém nos ensinou que precisamos de estrutura em nosso pensamento também. É por isso que 99% ou mais não conseguem o que desejam.

Mas, por que estou lhe contando sobre este pequeno animal que é o ego e o que ele ou ela tem a ver com a lei da atração? Como eu fiz antes, é assim que funciona a lei da atração: Para criar o que você deseja com seus pensamentos, você precisa ter atingido um estado mental em que realmente aconteceu e

sentiu isso acontecer em sua mente. E nesse processo você se torna desapegado porque já o teve. O que acontece é que você trabalha para tornar isso uma realidade para todos os outros, já que isso já é uma realidade em sua mente. E você continua até chegar lá! É assim que criamos.

É isso que acontece nas mentes das pessoas que têm sucesso com a lei da atração. Todas as pessoas bem-sucedidas têm esse processo acontecendo em sua mente e vida, mas isso não se aplica apenas a pessoas incrivelmente bem-sucedidas. Todos nós somos bem-sucedidos em diferentes áreas de nossas vidas.

Só para você saber, tentar pensar positivamente nunca vai funcionar, isso requer um esforço massivo sustentado e é quase impossível quando você tem um ego atirando pedras em você a cada minuto de cada dia.

Como conseguir meu sonho de me tornar milionário em dois anos? Como uso da lei da atração para criar dinheiro?

Quando definir o objetivo de maneira clara, veja-se daqui a alguns anos como o milionário. Veja-se vivendo o estilo de vida de alguém rico. Não veja os bens materiais. Sinta completamente esse sentimento, deixe-o vívido e real.

Não duvide de nada, 100% de seu ser tem que saber que você está certo porque você estava destinado a ser um milionário e que isso funcionaria, então vá lá e esteja lá. Estabeleça o objetivo de tempo plausível e suficiente. Isso é estúpido, mas ter prazos dá maior realidade ao seu objetivo. Viva em sua mente como a pessoa que você quer ser, isso acontecerá na sua realidade. Sinta o elogio de ter conseguido isso. Sinta o orgulho de ser um milionário. Aconteça em sua mente. Torne-se desapegado de precisar disso. Eu ainda estava apegado a que isso acontecesse, mas isso já havia acontecido em minha mente. Então eu tive e tudo conspirou para que isso acontecesse!

Agora eu estava apenas trazendo isso para a realidade de todos, parecia certo fazer acontecer, e essencialmente, parecia errado não fazer isso acontecer! Já era uma realidade para mim depois de tudo.

Comecei a trabalhar impetuosamente no caminho escolhido para criar as riquezas. Eu não precisei pensar positivamente sobre a realização do meu sonho, pois ele já tinha acontecido. Amei a jornada, os passos bem-sucedidos, as armadilhas. Embora eu não soubesse disso na época, continuei até que tudo se realizasse no físico e a satisfação foi incrível.

Quer dizer que eu sou mais esperto que outros? Não! Acabei de usar a ferramenta que todos nós recebemos da maneira para a qual foi projetada para ser usada. Eu esculpi a realidade que eu tinha visto em minha mente (eu apliquei as regras da lei da atração corretamente).

Seus pensamentos não são estáticos

Antes de ir além, há mais um pensamento estruturado que preciso dar a você para controlar sua própria mente. Nós pensamos que estamos parados, mas estamos em um mundo que está girando muito rápido, que também está viajando ao redor do Sol a uma velocidade fenomenal, que também está girando ao redor da Galáxia a uma velocidade incompreensível. E assim vai. Tudo é movimento e ação.

Quando você realmente começa a olhar como o Universo trabalha em uma escala massiva e em uma escala micro, você descobre que nada está parado.

O mesmo acontece com seus pensamentos, seus pensamentos, ajudam-no e levam-no a seus sonhos e desejos, ou eles o ferem e afastam você de seus sonhos e desejos. Então, nenhum pensamento fica parado, toda energia é ação, é movimento!

Agora, não subestime o poder que essa pequena estrutura de pensamento pode trazer para sua vida. Porque quando você a domina, você obtém o poder de somente conseguir ter pensamentos que o ajudam!

Você pode imaginar como é fácil fazer a lei da atração funcionar só pensando em coisas que ajudam? Os pensamentos que prejudicam foram treinados para nunca estarem lá, ou, se surgirem, são notados e vistos como inúteis e destrutivos, pois estão claramente afastando de sonhos e objetivos. Assim que são notados, eles se dissolvem sem qualquer esforço.

Imagine isso, todas as coisas que o prejudicam se dissolvem de uma maneira fácil. Parece muito bom?

Portanto, considere esses pensamentos por alguns segundos e repare, e sinta a direção que eles podem seguir.

"Eu não mereço ser rico" - "Eu mereço ser rico".

“Eu não mereço ser amado” - “Eu mereço ser amado”.

“Eu me sinto bem” - “Eu me sinto mal”.

"Eu amo a minha vida." - "Eu odeio a minha vida."

Foi fácil né? Um pensamento segue o caminho certo e um segue o caminho errado, mas porque você não foi treinado para notá-los acaba permitindo pensamentos que o machucam em sua mente. Você acha que será mais fácil ter sucesso apenas com pensamentos que ajudem ou permitindo pensamentos que prejudiquem sua mente se misturarem com os bons e causarem confusão. É fácil entender por que as coisas dão errado quando você permite o pensamento negativo?

Porque é você quem tem o controle da sua mente. Com estrutura para o seu

pensamento, você pode agora optar por não permitir que maus pensamentos permaneçam. Se você optar por usar a técnica. E como eu disse, basta pensar em um caminho errado para matar um sonho. Aristóteles disse: "O objetivo do sábio não é garantir o prazer, mas evitar a dor". Evitando a dor do pensamento negativo, você automaticamente sem qualquer esforço, com certeza conseguirá o que deseja.

O trabalho que você deve fazer é não pensar positivamente sobre conseguir o que quer, mas trabalhar com garra na remoção de todas as dúvidas de que você conseguirá o que deseja. Só mais uma coisa para entender é que seus pensamentos causam seus sentimentos. Sem um pensamento estruturado, seus sentimentos são criados por pensamentos acidentais ou caóticos. Mas quando você aplica uma estrutura simples como mostrei acima, se você quer felicidade, você tem felicidade. Se você quer amor, você tem amor. Você tem o poder de controlar tudo isso e todos os seus sentimentos.

Agora, se você acha que pode, então você está certo, se você acha que não pode, então você está certo também. Como você é o arquiteto, ou você está controlando de propósito ou permitindo que seu ego controle por acidente. Você tem o poder da escolha. Anteriormente você teve a ilusão de escolha. Comece a sentir o que quiser, mesmo que ainda não esteja lá, já que você é a pessoa que decide quais pensamentos passam pela sua cabeça.

Pense nisso, quem nos ensina a pensar? Quem nos ensina como pensar? Quem te ensinou a pensar?

Ninguém!

Todos eles apenas te ensinaram o que pensar.

Pense nisso: não roubarás - o que pensar. Não toque nisso - o que pensar. Pense positivamente - o que pensar.

Pense nos conselhos que você teve de seus pais e amigos, da TV, da internet, desde a infância até agora. “Você deve ter medo” - o que pensar. “Você deveria estar preocupado” - o que pensar.

Se você estuda sobre desenvolvimento pessoal perceberá que todos eles te ensinarão o que pensar e, sem saber, assumir que você sabe como pensar. Eu percebi que o sucesso está no como pensar.

Eles sabiam o que pensar quando viram a aplicação disso como o caminho para o sucesso. Por exemplo, não pense negativamente, pense positivamente - o que pensar. Agora, quando decidi escrever sobre desenvolvimento pessoal, uma coisa que eu queria fazer era compartilhar algo inédito ou pouco compartilhado e então eu vi isso como a peça que faltava no desenvolvimento pessoal e no ensino em geral.

Se eu ensinar alguma informação sobre o que pensar, então eu reflito como pensar, mas principalmente eu ensino como pensar, já que é tudo o que você precisa para aplicar e obter resultados.

Por exemplo, tenho o prazer de ensinar minhas filhas a pensar, não o que pensar. Eu lhes dou liberdade para pensar o que elas querem. Eu não as limito e não tenho muitas dificuldades parentais pelas quais muitos pais passam tornando assim minha vida muito mais fácil. Eu trabalho na prevenção em vez de curar.

Eu lhes dou a capacidade de pensar com precisão sobre qualquer coisa. Então elas se destacam na escola e acham fácil passar nos exames enquanto outros acham difícil e doloroso. Eu ensinei a elas como aproveitar os exames, para que elas gostem deles.

Tenha em mente quando digo isso, eu era um aluno mediano, na minha época a média para passar era 6,0. Eu sempre obtinha algo em torno de 6,5. Minhas

filhas são estudantes de nível 9,0 e 10,00. Ensinei-as a pensar para que tenham sucesso em tudo o que escolherem ou tiverem que fazer. Eu mostrei a elas como evitar a dor, e quando elas fazem isso, tudo o que resta é prazer e sucesso. Simples não é. Crianças (tudo bem, nem tão crianças assim, mas serão eternamente minhas crianças) são maravilhosas, elas simplesmente aceitam e absorvem se confiam em você. Já, nós adultos, cheio de paradigmas temos muitas desconfianças antes de realmente nos entregar, aceitar e receber.

Buda disse: "Tudo o que somos é um resultado do que pensamos" Então, gastar um pouco de tempo dominando um simples pensamento estruturado resultará em você muito mais resultados, exatamente da mesma maneira que grandes pessoas de sucesso.

No entanto, se você deixar que o seu pensamento aconteça acidentalmente sem estrutura, então o caos reina e as pessoas muitas vezes podem encontrar-se presas em uma novela da vida real. Como você impede que a bagunça aconteça sem a essa estrutura?

Quando você se tornar consciente e, em seguida, entender completamente o efeito que o pensamento caótico acidental tem na sua vida, torna-se óbvio que você encontrou a solução para o problema.

Eu acredito que eu fui fundo o suficiente aqui para explicar os benefícios de estruturar seu pensamento para dominar a lei da atração, pelo menos. Confio que lhes dei uma explicação clara de por que a lei da atração pode parecer não funcionar para você ou para outras pessoas que você conheceu no passado.

Certo, vou agora te dar algo que realmente fará você pensar.

Decida o que você quer. Acredite, você pode ter isso! Acredite, você merece!

Acredite, é possível para você! Fomos informados que devemos fazer isso e podemos dominar a lei da atração, então o que há de errado com você? Certamente tudo que você precisa é a resposta certa.

Você pode ver, o que ensino aqui é mais que “o que pensar”. Nossas mentes complexas não podem realmente "acreditar" nisso. Então não é a resposta. E ainda temos o problema de que as palavras que estou escrevendo aqui não são nossa linguagem natural; nossa linguagem natural são sentimentos e intuição. Na melhor das hipóteses, as palavras são uma má forma de comunicação. Vários estudos comprovam que 80% da mensagem que passamos acontece através da linguagem não verbal.

Então, saber a resposta não te dá o resultado. Você pode querer parar e realmente pensar um pouco sobre isso, pois é de suma importância quando se trata de obter resultados na vida. Vou dizer de novo, saber a resposta provavelmente não vai te dar o resultado.

Não acredita em mim, então vou provar para você.

Você sabe que comer alimentos integrais saudáveis vai ajudá-lo a ter uma vida plena, certo? Claro, e todos nós fazemos já fazemos isso.

Você sabe que deve se exercitar regularmente para se manter saudável e viver uma vida longa, não é? Claro, e todos nós fazemos isso.

Você sabe que não deveria ficar bravo e estressado, pois isso não ajuda você e é ruim para a sua saúde, certo? Claro que sim, todos nós agimos assim.

Você sabe que deveria ser feliz e grato, sim? Claro, essa realidade é negociável

Albert Einstein nos disse que “a realidade é meramente uma ilusão, embora muito persistente”. O que isso significa para você e eu e qualquer um que

deseje controlar as coisas usando a lei da atração? É que essa ilusão, que parece real, é apenas uma ilusão que pode ser mudada e moldada para nos servir! Qualquer um que tenha estudado a lei da atração terá ouvido esse tipo de coisa antes: “Você é um ímã vivo, atrai para sua vida situações e circunstâncias que estão em harmonia com seus pensamentos dominantes”. Soa muito bem, não é? Se você está no mundo do desenvolvimento pessoal, isso parece um "bom plano". Bem, há muitas coisas boas nisso, mas está escrito da maneira errada para torná-lo aplicável e, portanto, não é muito útil para ajudá-lo a realmente ir e criar. Aqui está um pouco de uma melhoria: “Você é um criador; você cria em sua vida situações e circunstâncias que estão em harmonia com seus pensamentos dominantes ”.

Não tem o mesmo brilho de Hollywood, no entanto, é muito mais preciso e aplicável. Absorva isso no seu subconsciente e você verá a diferença que isso faz.

Então use isso para aplicar a lei da atração rapidamente; simplesmente decida o que você deseja e agora é criado (isso foi difícil!). É agora... e já estava lá, claro... Ok, nós acabamos de sair um pouco da nossa rota. Eu explicarei isso um pouco mais em breve. Todos nós sabemos tudo isso certo? Você entendeu? Todos nós sabemos coisas que na verdade não sabemos!

Porque nós realmente não sabemos algo até que a estejamos vivendo como um modo de vida. Eu vou explicar isso um pouco mais em breve.

Você passa a maior parte do seu tempo tomando medidas para ajudar a trazer seus desejos para sua realidade física. Passa todo o tempo fazendo isso sem qualquer apego ao resultado final!

Quando você passa a sua vida aberto a coincidências que estão "apenas acontecendo". Seu ego pode trabalhar em duvidar de que você estava se

manifestando. Tudo bem, pode-se duvidar do que ele escolhe para duvidar, e você pode pensar o que você escolhe para pensar. A dica é mantenha seus olhos abertos, você é o criador.

Parece fácil demais, não é? “ Ei, Fernando, isso não funciona! ” Bem, é assim que todos nós já usamos a lei da atração em nossas vidas quando a aplicamos como modo de vida, em vez de tentar “acreditar” nela. Você já fez dessa maneira!

Agora você pode escolher passar algum tempo pensando sobre o que você tem que é bom e o que você tem que é ruim em sua vida agora, ou no passado. Por que não tentar traçar a criação do bem ou do mal, até a época em que você pensou pela primeira vez? Então volte e veja o que você fez a seguir, quais passos você tomou inconscientemente para trazê-lo para sua realidade física.

Quando você encontrar evidências, volte ao tempo em que você as criou. Sinta as emoções que estavam presentes quando você as criou e descubra como você "sabia" que aconteceria. Estes são os momentos em que você usou esta ferramenta maravilhosa antes e você fez isso sem saber, apenas como um modo de vida.

Agora, todo o meu trabalho é fazer com que você replique o que você fez antes, mas desta vez você percebe exatamente como você fez isso! A maneira mais fácil de fazer com que você use a lei da atração corretamente é mostrar como você já a usou de forma magistral no passado.

A lei não se importa como é usada, não tem emoções, não se importa se você acredita nela ou não. Para isso eu vou ter que tocar em física quântica. Lá vai um pouco de física quântica: O que você pensa literalmente se torna real agora. Eu não estou falando sobre, “ Ooh, eu estou pensando em leões-

marinhos-cor-de-rosa com equipamento de mergulho dançando no topo das nuvens, portanto, onde eles estão?” Estou pensando em coisas que crio e outras pessoas criam também, algumas delas são grandes e algumas pequenas.

Havia um cara trabalhando nos trens, na Rússia, eu acho. Seu trabalho era limpar os vagões de refrigeração. Estes eram carros selados assim que as portas fechassem, e depois de aproximadamente noventa minutos o ar seria todo usado se a porta fosse fechada. Ou o frio congelaria uma pessoa em um período de tempo similar. Era um trabalho que exigia que o limpador fechasse a porta de modo que, se por algum motivo o vagão se movesse, a porta não se fechasse.

Bem, aparentemente, nesta ocasião, o vagão se moveu e o faxineiro não havia prendido a porta, então a porta se fechou. O faxineiro sabia que só tinha noventa minutos de ar antes de sufocar ou congelar até a morte. Como não havia muitas pessoas por perto e ele não era esperado por um tempo, ele sabia que as chances de alguém o encontrar a tempo eram pequenas. Ele deve ter feito tanto barulho quanto podia e tentou de tudo para abrir as portas, mas ninguém o encontrou. Quando o encontraram, eles abriram a porta, ele estava morto. Mais tarde foi descoberto que ele havia congelado até a morte.

Um cara morreu, então o que isso tem a ver com a lei da atração? Bem, na verdade, como ele, na minha opinião, esse pesadelo aconteceu muitas vezes em seus sonhos (isso é uma suposição puramente baseada no meu estudo de pessoas). Você pode visualizar o mal, assim como consegue visualizar o bem. Porém, isso é muito mais estranho. É por isso que realmente tem algo a ver com a lei da atração. O respiradouro estava aberto no vagão e o congelador não estava selado. O ar não se esgotou e a temperatura estava normal, um pouco abaixo, mas não o suficiente. Então como ele morreu?

A conclusão do legista foi que ele "acreditava" tão fortemente que ele estava congelando que ele criou isso em sua realidade e ele congelou até a morte! Ele usou sua própria mente para se matar - é assim que sua mente é, poderosa demais e pode ser usada para criar ou não criar (destruir).

Sim, eu sei ... isso é uma história ... e serve para explicar como realmente achamos que as coisas existem e como Einstein estava certo, a realidade é realmente negociável.

Jogo é jogo. Treino é treino.

Mas por que achamos que sabemos coisas quando não as aplicamos?

Isso me fascinou. Por que eu não poderia continuar aplicando as coisas que aprendi mesmo sabendo que 100% funcionariam e me ajudariam? Eu tive que encontrar a resposta.

Mark Twain disse: "Não é o que você não sabe que coloca você em problemas. É o que você sabe com certeza que não vai colocá-lo em problemas". Não sabemos, o que achamos que sabemos. A palavra conhecer e o estado mental por trás disso muda tudo. Acontece que existem pelo menos quatro níveis de conhecimento de alguma coisa e, a menos que você chegue ao quarto e mais alto nível de conhecimento, seu sucesso é, na melhor das hipóteses, altamente improvável.

O primeiro nível de conhecimento de algo - Quando aprendemos algo, pensamos que o sabemos, mas este é apenas o nível intelectual e mais fraco de saber algo. É aqui que a maioria das pessoas termina seus estudos. Como nosso ego é muito rápido em parar nosso progresso neste momento, dizendo-nos para nos recompensar, pois agora sabemos algo mais e fizemos progresso!

Não, acabamos de aprender algo. Nós não fizemos nenhum progresso real neste momento, somos apenas intelectualmente um pouco mais espertos. E, na verdade, falo com frequência sobre a adição de conhecimento sem a aplicação seja não construtiva! Mas o nosso ego gosta do conhecimento, pois o usa para nos aprisionar.

Por exemplo, vamos pegar alguém que saiba que deveria estar se alimentando

de forma saudável, pois tem alto risco de contrair uma doença.

Um médico entra na TV e diz: "Você deve estar comendo uma maçã por dia, pois mantém o médico longe." Nosso ego então fala: "Bem, eu sei disso!" Então descartamos imediatamente o comentário dos médicos e continuamos com nosso dia. Fazemos isso inconscientemente, pois estamos quase sempre acordados quando dizemos que sabemos algo sem pensar se o estamos aplicando ou não.

Agora, nós não notamos que mesmo sabendo que deveríamos comer uma maçã por dia, não estávamos comendo uma maçã por semana, quem dera uma por dia.

Nós não sabemos o que achamos que sabemos. Conhecer as coisas pode realmente ser muito mais destrutivo para as nossas vidas do que não saber as coisas.

Veja o que Mark Twain quis dizer. Considere que você está na mesma situação de uma pessoa doente e procurando uma cura potencial e o médico diz a mesma frase “uma maçã por dia o mantém longe do médico”. A pessoa que não sabe que uma maçã por dia poderia ajudá-la provavelmente experimentaria essa nova sabedoria, já que eles estão procurando por uma cura e não são prejudicados por saberem algo que eles realmente não sabem. Eu te disse que isso faria você pensar.

O segundo nível de conhecimento de alguma coisa é o nível de compreensão, que está acima de saber, onde você sente que isso é o que deve estar acontecendo, mas você ainda não está vivendo. Quando você chega a este nível, você tem sido um estudante bastante persistente. Embora seu ego esteja fazendo o melhor para evitar que você aplique o que sabe.

O terceiro nível de conhecimento de algo é o nível de vida. Agora, este é um

nível muito alto de conhecimento, é onde você vive em sua vida. E apenas uma porcentagem muito pequena de pessoas chega a este nível.

Mas este não é o nível mais alto de conhecimento, e este é um nível muito perigoso de conhecimento também, porque você sabe tanto que você pode se convencer completamente de que você sabe disso. Mas você ainda tem mais um nível de conhecimento para ir.

O quarto nível de saber algo - Quando se tornou um modo de vida. Isto é quando você vive como um modo de vida. Este é o nível mais alto e é o nível necessário para o sucesso em qualquer e todas as áreas da vida. Menos de 1% das pessoas normalmente chega a este nível em praticamente qualquer coisa.

Isto é quando você não pensa mais que você sabe. Você não precisa considerar isso porque agora é o seu modo de vida.

Como exemplo, você sabe que a lei da atração existe há muito tempo atrás. Eu apenas vivo agora. Cada pensamento em minha mente tem que ser útil e na busca de me dar uma experiência maravilhosa ou construir meus sonhos, este é o meu modo de vida.

As pessoas se perguntam por que elas não podem ter sucesso, e é porque elas precisam elevar seu nível de conhecimento de algo do nível intelectual até o nível mais alto e torná-lo seu modo de vida.

Você alcançou esse nível de conhecimento para qualquer coisa que você conseguiu. E assim como todas as outras pessoas de sucesso por aí.

Mas esse nível de conhecimento infelizmente tem sua própria fraqueza. Como nada é estático neste mundo e a vida pode atrapalhar, é por isso que as pessoas podem ter sucesso e depois voltar atrás. Porque eles perderam esse nível de conhecimento.

Isso significa que saber algo, mesmo nesse nível, é apenas temporário. No entanto, nós casualmente jogamos a palavra conhecer em nossa língua diária e não temos ideia de que o que sabemos que sabemos pode nem ser assim. É apenas temporário na melhor das hipóteses a menos que seja mantido.

Eu alcancei esse nível de conhecimento sobre algumas coisas na vida e perdi esse nível de conhecimento outras tantas vezes! O problema é que nossos egos gostam de nos dizer que podemos aprender alguma coisa e conhecê-la e assim ter e não precisar considerar novamente. E nós gostamos disso.

Descobri que estava sendo enganado por mim mesmo, quando precisava saber alguma coisa e, assim, precisava de uma maneira de garantir que permanecesse no mais alto nível de conhecimento quando se tratava de mentalidade e sucesso.

Já falei sobre a importância de sua vida estar em harmonia com seus pensamentos dominantes. Bem, o que eu quero fazer aqui é explicar de uma forma que você não saiba, pois acabei de provar a você que saber disso é inútil e provavelmente destrutivo.

O que eu quero fazer é explicar aqui de uma maneira que torne mais fácil para você viver um modo de vida, que é assim: “Você sendo o criador; você está criando em sua vida situações e circunstâncias que estão em harmonia com seus pensamentos dominantes”. Isso soa bem?

Albert Einstein disse: "A imaginação é tudo. É a prévia das próximas atrações da vida". O que você imagina será o seu futuro. Mas tem que ser um upload completo. O que quero dizer com isso é você viu os filmes em que eles estão tentando baixar ou fazer upload de algum software ou arquivo e, se ele não chegar a 100%, ele falhará completamente? Bem, você precisa fazer o upload do seu sonho até que ele seja enviado 100%. Pensar positivamente sobre isso

acontecer por um tempo não o carregará completamente. Isso tem que ser algo que é feito, finalizado, carregado.

Quando você pegar o jeito desta habilidade, antes de conhecê-lo você saberá que você é o criador, você vai saber que você pode criar qualquer coisa, e você vai saber tanto que ele vai se tornar o seu modo de vida. Então temos que ter isso antes de podermos tê-lo fisicamente.

A primeira escolha que você deve fazer para isso é ser feliz.

Você já deve ter ouvido falar que você não será feliz quando chegar lá, que você tem que ser feliz primeiro? Talvez você nunca tenha ouvido isso antes, ou isso é algo que você aprendeu e rejeitou? Ou isso é algo que você sabe ser verdadeiro e pode ter descartado? Ou isso é algo que você vive como um modo de vida?

A felicidade pode significar muitas coisas diferentes para as pessoas. Eu, por exemplo, nunca fico feliz em êxtase, o que pode ou não ser sua definição de felicidade. Mas eu posso ver algo maravilhoso acontecer e as lágrimas rolarão pelo meu rosto. A felicidade pode ter um amplo alcance para mim. Mas o estado de felicidade é uma escolha e deve ser escolhido de onde você está agora.

Houve um tempo que eu quebrei financeiramente como disse anteriormente. Eu tinha um monte de credores infelizes e uma enorme quantidade de problemas que eram intransponíveis. Na época, a minha renda era bem baixa, eu não tinha outra forma de renda e não sabia exatamente o que fazer para criar uma.

Não foi um bom momento para dizer o mínimo. Eu realmente poderia estar no pior estado mental da minha vida. Mas eu não estava. Em vez disso, eu estava feliz e não apenas feliz. Eu estava no estado mental mais sereno e

maravilhoso que eu já estive na minha vida. Eu estava tão feliz e sereno que todos os meus amigos e familiares pensaram que eu estava louco.

Meu estado de espírito era tão extraordinário para a situação que não era normal para outras pessoas. Como a maioria das pessoas acha que você só pode ser feliz se há coisas boas acontecendo em sua vida para ser feliz.

Eu projetei minha vida para atender tudo que eu quero. Todo dia eu mudo a vida de mais pessoas do que eu já havia alcançado antes. Francamente eu consegui mais em pouco tempo do que a maioria das pessoas consegue e eu ainda estou feliz. Mas não estou tão feliz quanto estava quando tudo deu errado.

Isso não faz sentido, mas se você olhar mais fundo, verá que eu estava vivendo a verdade do que aconteceu e eu lidaria com isso o quanto pudesse. Mas eu não deixaria isso afetar meu futuro.

Eu estava vivendo como o criador; criando em minha vida situações e circunstâncias que estavam em harmonia com meus pensamentos dominantes. Mudei minha mente para um modo de vida que criava o futuro que eu desejava. E para que isso ocorresse eu tinha que ser feliz (na vida real feliz com a minha vida, em seguida, naquela situação horrível). Se eu quisesse a felicidade eterna, se eu pudesse fazer isso com tudo o que está acontecendo, então eu acho que você pode fazer isso de onde você está também.

E antes que você diga que não pode. Deixe-me falar sobre uma mulher que vi entrevistada na TV sobre suas experiências no Holocausto. O entrevistador se virou para ela e perguntou como ela fez isso. Como ela poderia sobreviver todos os dias nos campos da morte, sabendo que cada dia poderia ser o último? Sem perder o ritmo, a velha disse: "Havia sempre algo engraçado

acontecendo no acampamento". Que mentalidade incrível e anormal!

Aquela mulher, que provavelmente tinha vinte e poucos anos quando o horror aconteceu, escolheu ver o que estava acontecendo como bem-humorado. Ela escolheu a felicidade por causa de todas as horríveis emoções inúteis que ela poderia facilmente permitir que acontecessem. Ela sobreviveu e teve uma vida maravilhosa, graças à sua capacidade de escolher o que acontece em sua cabeça. Então, se ela pode fazer isso, então você também pode.

Considere por alguns segundos você pode escolher ser feliz onde você está agora. Se você ainda não pode escolhê-lo facilmente, use essa estrutura de pensamento para escolhê-la: "Eu escolho ser feliz agora." "Eu escolho me sentir bem agora."

Experimente-os agora e observe como se sente quando os diz. Quando você achar que não está feliz, use-os. A palavra tem poder.

Quando você se achar para baixo e infeliz, lembre-se de que você não vai e provavelmente não poderá ser feliz quando chegar lá. Você tem que ser feliz agora, então escolha ser feliz agora. Aprenda isso, e aplique isso e muito em breve você será feliz. Essa pequena estrutura de pensamento tornou fácil para eu ser feliz em uma situação muito horrível. Então tudo que você precisa fazer é usá-la.

A primeira escolha que você tem que fazer é ser feliz com o que você é, com o que você pode fazer agora, desde que você não faça a coisa boba de saber antes de começar a viver. Quando você vive isso, rapidamente se torna um modo de vida que você se apaixona

Agora a próxima escolha que você tem que fazer é gratidão.

Você provavelmente já ouviu isso antes e sabe que precisa disso também,

assim como você sabe que comer a maçã por dia faz bem. Mas agora você tem que levar isso ao próximo nível. O de transformá-lo em um modo de vida.

Isso é simples de conseguir. Pegue uma caneta e um bloco de anotações e escreva uma lista do que você teve em sua vida pela qual você era grato. As experiências, os relacionamentos. Eles também podem ter acabado mal se você estiver com poucas ideias, mas eu estou falando sobre os momentos maravilhosos nos relacionamentos. Ou simplesmente escolha momentos felizes.

No momento em que você se casou, no momento em que seu filho nasceu, no momento em que você passou no exame, como você riu muito um dia. Isso pode ser qualquer coisa pela qual você seja grato. Quando escrevi minha lista rabisquei 79 coisas sem diminuir. Se eu escrevesse hoje, haveria centenas de momentos, se não milhares, pelos quais agradeço. Mas com apenas 10 a 15 momentos, você já tem uma lista inicial.

Tudo o que você faz no dia durante toda sua vida, faça de forma agradecida. Leia sua lista para você mesmo.

Tome o primeiro item da sua lista e vá experimentá-lo novamente. Esteja lá! Aprecie quão maravilhoso o momento foi novamente. Se você quiser chorar, chore. Seja feliz e ame-o. Depois de um minuto, leia o próximo e esteja lá também.

Selecione aleatoriamente na lista, se quiser ou leia em uma ordem. Não importa. Mas eu sugiro gastar pelo menos 15 minutos por dia construindo um modo de vida agradecido.

Esta técnica traz uma energia melhor para a sua vida. Tudo o que você precisa saber para se tornar o mestre da lei da atração é que você deve

demonstrar à sua mente subconsciente pelo que você é grato.

Ao fazer isso você está se comunicando com ela e dizendo: "Veja, eu amo isso, por favor, me dê mais desse tipo de coisa." Sua mente subconsciente sendo o servo perfeito que é para você, lhe dará mais para ser grato.

Agora, por um segundo, pense sobre isso.

Quando você se afoga em auto piedade e dúvida do seu sucesso, você está se comunicando com sua mente subconsciente e dizendo: "Olhe, por favor, me dê mais disso! Eu obviamente adoro isso, já que eu não estaria me torturando de outra forma". Sua mente subconsciente, que não tem nenhum poder de dedução, apenas executa: "Ok, vou enviar mais para você se sentir mal".

Então, gratidão trará mais em sua vida imediatamente! Você entende o quanto isso pode alterar sua experiência de vida? Se você tem uma coisa desagradável que você tem que fazer a cada dia, como estar preso no trânsito, utilize sua lista de gratidão. O trânsito ficará mais leve. Sem qualquer esforço, a coisa que você não gosta não terá mais importância, pois você será muito feliz e até mesmo grato que a coisa desagradável estava lá, pois lhe deu a oportunidade de visitar o que você tem para ser grato. Considere isso! Você pode desligar as coisas ruins da sua vida apenas mudando o seu pensamento no momento certo e no caminho certo.

Mas também considere isso, você vê como saber isso agora pode ser destrutivo também, a menos que você comece a aplicá-lo. Como você se sente ao saber disso e talvez não o aplicar?

Caminhando contra ao tempo...

A próxima escolha é desistir de se preocupar com o tempo.

Eu falo sobre apressar, e estar ocupado, e trabalhando duro, e agir sempre com foco. O domínio sobre todos eles é relevante para uma vida maravilhosa, mas para dominar a lei da atração, você só precisa desistir de se preocupar com o tempo.

Como humanos, somos animais que nos preocupamos. Nenhuma outra criatura na Terra se preocupa, nós inventamos essa doença. Eu sempre vi preocupação como algo que poderíamos escolher.

Todos, e digo, todos me disseram que eu estava errado e que deveria me preocupar. Não, isso é mentalidade de rebanho, causada por todo mundo fazendo algo errado e, portanto, vendo-o como normal. Podemos olhar para algo potencialmente ruim acontecendo e escolher se preocupar ou não. Nós não precisamos e na verdade não devemos nos preocupar, pois é inútil!

Então a primeira verdade que você tem que aceitar é que você tem a escolha de se preocupar em todas as áreas da vida.

Pense no tempo por um segundo, vemos o tempo como se estivesse acabando e assim sentimos que devemos nos apressar. Nós sentimos que devemos nos apressar porque nos é dito por todas as outras pessoas correndo, que devemos fazer isso ou vamos deixar de conseguir o que queremos. Bem, considere, o mundo (o rebanho) tem uma taxa de falha de 99% para conseguir o que querem, então talvez seja hora de você ir em uma direção diferente e mais prazerosa, o que você acha?

Eu vejo que sempre haverá tempo suficiente, então eu sempre tenho tempo suficiente. É sobre demonstrar abundância vivendo em abundância. Sua

maneira de fazer as coisas não funciona. Eu não me apressei, apenas trabalho com afinco e o trabalho será feito quando for feito. Nós só nos preocupamos com o tempo quando nós mesmos impomos prazos absurdos.

Se você imaginar e optar por começar a viver para o fato de que tudo sempre funcionará da melhor forma para você, então você pode parar de se preocupar com o tempo. Porque tudo o que acontece será para o melhor! Se você não conseguir fazer algo, então isso é o melhor, se você conseguir fazer algo, então isso é o melhor. Simples, mas não tão simples.

Eu vivo pensando que tudo sempre funcionará para o melhor. Isso é tudo! Se algo dá errado e parece ruim, meu pensamento padrão é: "Eu me pergunto como isso vai funcionar para o melhor." Então eu apenas considero isso, e continuo com a minha vida.

Até as coisas mais horríveis acabam sendo as melhores. Isso é porque eu acho que elas são, então elas são. Se você acha que elas não são, então você vai estar certo também.

Uma escolha! E escolha é o problema. Como se eu pudesse apenas instruí-lo a pensar dessa maneira, então sua vida seria automaticamente melhor a partir de agora. Mas como você tem uma escolha sobre isso, pode optar por não pensar assim e, assim, não será automaticamente melhor. Sem escolha, a dor iria embora! Você pode querer gastar um tempo refletindo sobre isso, pois isso moverá bastante os neurônios em sua mente.

Então, ao escolher saber que sempre tudo funciona para o melhor, você tem a capacidade de aprender as lições que a vida lhe proporciona para que você possa seguir em frente. Se você já se sentiu preso, é porque está falhando em aprender uma lição que a vida está tentando lhe ensinar.

Seu ego provavelmente estará dizendo a você o que eu estou falando agora,

como um evento particular da sua vida foi totalmente ruim! Então, como o ego tem sido gentil o suficiente para tentar deter o seu progresso aqui graças a uma experiência anteriormente ruim, por que você não vai agora e escolhe como essa experiência ruim acabou sendo uma coisa boa, ou se o bom resultado ainda não se mostrou considere como isso poderia ser uma coisa boa.

Tome alguns momentos agora e ensine a si mesmo a lição de vida que sempre vai funcionar melhor para você.

Veja o evento ruim surgir e considere o que a vida está tentando lhe ensinar. Quanto mais você vive pensando desta forma, mais você desiste de se preocupar com o tempo, você está apenas vivendo o agora. Você não está correndo para chegar lá, você está gostando da jornada e está sendo grato por todas as lições que a vida está lhe dando. Você está se tornando o ímã e atraindo ou criando a mudança na vida que você deseja e projetou usando a lei da atração.

Você acha que pode se lembrar de aplicar essa estrutura de pensamento: “Tudo sempre vai funcionar para o melhor para mim. Então, como o que aconteceu comigo vai me ajudar, o que eu preciso aprender? ”. Enquanto continua sua vida.

Outra verdade sobre o tempo é que o tempo deixa de importar quando você sabe que vai chegar lá. Você verá esta verdade acontecer quando passarmos a dominar a lei da atração.

E a outra verdade é esta, tudo acontece no momento certo e no caminho certo. Se você pensa assim, então você remove a preocupação do tempo de sua vida, como se ela não existisse. Aconteceu? Então era para acontecer, já que tudo funciona melhor para você. Faça isso e você está aplicando uma das leis

mais maravilhosas de todas, a lei do menor esforço.

Enquanto eu construo minha fortuna (não somente a material), às vezes eu penso em fazer um grande avanço em um certo ponto, e vez após vez, isso não acontece. A primeira vez que isso não aconteceu achei que estava alguma coisa errada.

Mas então relaxei e lembrei porque isso não aconteceu. Lembrei-me de que tudo sempre funciona melhor para mim, e que tudo acontece no momento certo e no caminho certo. Qual foi a lição que eu deixei de aprender? Ou talvez não fosse funcionar como eu pensei. Voltei a trabalhar para trazer a minha realidade para todos os outros.

Com certeza as riquezas vieram novamente na hora certa e no caminho certo. Elas aconteceram porque havia lições que eu ainda precisava aprender antes de aparecerem. Procurei as lições, as encontrei, aprendi, vivi e, com certeza, o sucesso que desenhei ocorreu. Além disso, coisas maravilhosas precisavam de tempo para acontecer, então, como eu não tentei forçar as coisas, mas permiti que tudo se desdobrasse, as coisas funcionavam com facilidade.

Tudo o que foi diferente foi a escala de tempo. No entanto, o sucesso que criei acabou sendo muito maior do que eu imaginava e em um tempo muito menor para as coisas maiores do que eu imaginava que era possível. Eu permiti que isso acontecesse porque eu estava aberto a uma manifestação maior do que eu planejava. O segredo é desistir no tempo; você permite que sua mente subconsciente forneça o resultado que você pediu em sua criação. Então eu sugiro que você gaste tempo pensando em desistir de se preocupar com o tempo. Embora, como sempre, a escolha seja sua, se você faz ou não.

Se você o entregar ao universo, você ficará surpreso e deslumbrado com o que é devolvido para você. É aqui que mágica e milagres acontecem.

Você está feliz, grato e despreocupado com o tempo. Como você está vivendo a verdade de que tudo vai dar certo para você no momento certo e no caminho certo.

Você consegue ver como essas pequenas mudanças irão alterar sua própria experiência de vida? Como isso vai fazer você se sentir?

O que você terá feito aqui é criar o ambiente para permitir que a lei da atração lhe dê o que você deseja. Pense nisso agora sendo esta pessoa: “Você sendo o criador; você está criando em sua vida, situações e circunstâncias que estão em harmonia com seus pensamentos dominantes. ”

Você entende por que, se os seus pensamentos dominantes são confiantes, relaxados, felizes e gratos, que suas situações e circunstâncias da vida estão em harmonia com seus pensamentos dominantes? Isso permite que você se torne um mestre na manifestação.

Você vê agora porque as pessoas lutam para conseguir que a lei da atração funcione para elas? Elas apenas não criaram o ambiente certo, já que precisam tê-lo primeiro, antes que possam tê-lo fisicamente. A lei da atração é uma lei e tem que ser executada da maneira certa para criar o resultado que você deseja.

Você fornece os sentimentos de ter algo e a lei da atração irá trabalhar para você. Você vê como, ao aplicar isso, será fácil para você dominar a lei da atração? Ou o seu ego ainda acha que é impossível para você ...

Bem, agora eu diria que você está se sentindo muito mais confiante de que você pode realmente se tornar um mestre da vida real e da lei da atração e que eu não estou prometendo algo que não posso entregar para você.

Mas vamos remover todas as dúvidas e ter certeza de que você pode parar de

pensar que é impossível de uma vez por todas, Ok?

Sem sombra de dúvidas...

Alguns anos atrás, eu estava nas primeiras semanas de criar minha nova vida e fortuna. Eu tinha cumprido minhas obrigações e agora era hora de ganhar dinheiro novamente, então eu estava prestes a fazer isso.

Eu criei uma estratégia de negócios simples para ficar rico. Eu vi uma tendência em um determinado modelo de negócio e vi como eu poderia me posicionar como especialista nisso e ganhar muito dinheiro enquanto ajudava outros negócios ao longo do caminho. Passei cerca de duas semanas trabalhando nisso e decidi quem seria o primeiro a usar esse negócio como base para criar sucesso em minha vida.

Todo o tempo eu estava criando o modelo que eu sabia que iria funcionar, mas eu ainda estava um pouco desconfortável. Meu treinamento deu certo e disse: "Não seja tão covarde, você lidará com eles como sempre fez."

Então eu continuei e me lancei nisso. Eu ia levar uma empresa local de sem participação expressiva nenhuma no mercado para a principal referência local. Eu faria isso em um ou dois anos e iria transformar seu lucro líquido de menos de 50 mil reais ao ano para cerca de 150 mil reais ao ano. Eu também garanti que salvaria a empresa mais que pediria uma taxa inicial. Além disso, eles poderiam me pagar com o tempo, e se o que eu fiz não funcionasse, eles poderiam manter todo o trabalho que eu fiz, não me pagar qualquer comissão e eu também devolveria a taxa.

Agora, se você não está no mundo dos negócios, talvez não saiba, mas isso é conhecido como uma oferta irresistível. É por isso que eu sabia que o dono iria concordar prontamente. Mas ele disse que não e eu fiquei chocado. Como isso não funcionou?

Quando cheguei em casa, percebi porque não funcionou. Porque tudo sempre funciona para o melhor para mim e a última coisa que eu realmente queria fazer era ir mais uma vez para um negócio que eu não amava de verdade e o faria porque eu podia, não porque eu deveria.

No momento em que cheguei em casa eu estava debaixo de uma lua de sangue, fiquei muito agradecido pela encrenca que acabei de desviar. Quando entrei pela porta fui interrogado "Ele comprou então?" Respondi sorrindo: "Não, não é maravilhoso?! Eu quase cometi o mesmo erro novamente, mas felizmente ele disse que não!", "O que você vai fazer agora para ganhar dinheiro então?", "Eu vou sentar no sofá e pensar sobre o que eu quero fazer com o resto da minha vida". Obviamente ninguém ficou impressionado.

Então me sentei e passei o tempo pensando sobre o que eu amava fazer e, eventualmente, depois de pensar muito, encontrei uma missão digna da minha vida. Enquanto isso acontecia, eu ainda tinha um pequeno blog e um perfil numa rede social com poucas centenas de seguidores e eles ainda estavam me pedindo para escrever sobre como ganhar dinheiro, receitas, etc.

Eu pensei que isso seria absolutamente ridículo. Eu estava quebrado financeiramente, trabalhava como funcionário público que era algo que eu não gostava de fazer; a última coisa que eu queria fazer era professar ser esse cara que poderia ensinar as pessoas a ganhar dinheiro. Talvez no futuro, quando eu tivesse feito fortuna, pensei, mas não agora. Então eu disse a todos que estavam me perguntando como minha mentalidade poderia ser tão forte em um momento tão ruim que eu disse que escreveria sobre como conseguir isso.

Então eu comecei a escrever e as pessoas adoraram, eu estava resolvendo alguns problemas reais para eles como preocupações, medo, etc. E eu estava gostando de escrever também. Quando eu não estava escrevendo, estava

pensando ou aprendendo novas habilidades. Foi uma época muito agradável na minha vida.

Então, em um dos meus momentos de raciocínio, percebi que o mundo tinha um problema de matemática. O problema era que havia poucas pessoas bem-sucedidas produzindo muito poucas crianças bem-sucedidas, e havia muitas pessoas malsucedidas gerando muitos filhos malsucedidos. Eu vi um dia o mundo provavelmente seria oprimido por pessoas malsucedidas.

Pouco tempo depois, vi o filme *Idiocracia*, que é uma comédia de ficção científica satírica sobre exatamente isso acontecendo.

Eu vi que a depressão, a frustração, a raiva, o desespero e todos os outros males, aumentariam e, eventualmente, as coisas não melhorariam para os descendentes das minhas filhas, a vida seria realmente pior. Lembro-me de o meu pai dizer-me uma vez que a sua infância era melhor que a minha e, por minha vez, vi como a minha era melhor que a das minhas filhas. Então eu pensei que algo precisa mudar, o que eu poderia fazer?

Eu misturei isso na minha cabeça com todos os pensamentos que descobri sobre o porquê de ter sucesso e ainda estava considerando por que os livros de sucesso tiveram uma taxa de sucesso tão baixa.

Num momento de *insight* eu consegui ver. Toda a dor e sofrimento foram causados porque as pessoas não sabiam como pensar. Uma vez que você saiba, deixa de causar dor a si mesmo e aos outros. Uma vez que isso aconteceu, torna-se quase impossível causar dor. Se você não pode causar dor aos outros, isso provoca um efeito cascata é que, na ausência de dor, o bem é criado sem esforço.

Simplificado, o mundo vê a necessidade, eu vi a causa. Se você remover a causa, removerá automaticamente a necessidade. Há um ditado poderoso que

é algo como, o fim da guerra virá somente quando as pessoas pararem de querer ir para a guerra. Isto é obviamente muito distante e provavelmente não acontecerá em minha vida. Mas se eu ensinasse as pessoas a pensar, se conseguisse um modo prático para elas aprenderem tudo que foi descoberto por Napoleon Hill entre outros, elas sempre procurariam evitar a dor e reunir muito mais prazer em suas vidas.

Eu concluí que, se eu conseguir ensinar as massas, então meus descendentes também ficarão bem. Encontrei um bom propósito, uma missão. Eu ensinaria ao mundo um pensamento estruturado simples e mudaria o mundo uma mente de cada vez. Ousado e pretencioso, não é?

Olhei para o que era necessário para mudar o mundo, pois há muitas pessoas. Para ser sincero tive que fazer essa mudança em mim e procuro fazer isso diariamente.

Agora eu encontrei algo digno para mim para o resto da minha vida! Eu encontrara um sonho que valesse a minha capacidade. Eu sentei lá e ousei sonhar o que era possível. A primeira coisa que eu pensei que poderia chegar a 25 milhões de pessoas. Então eu procurei por um exemplo. Em 1937, Napoleon Hill escreveu “Pense e Enriqueça” o livro vende mais hoje do que nunca, um verdadeiro *Best Seller*.

Ok, eu pensei, "isso pode demorar um pouco!" Então eu procurei um exemplo mais fácil. Jack Canfield e Mark Victor Hansen venderam mais de 250 milhões de cópias de sua “Canja de Galinha para a Alma”. Então eu estudei como ele conseguiu e ele usou a lei da atração de uma maneira brilhante.

Minha mentalidade normal entrou em jogo. Eu não duvido da minha capacidade e se alguém conseguiu fazer isso, então eu também consigo. Eu

usei o trabalho inspirado de Jack e Mark para me inspirar e decidi continuar com isso.

Continuei a sonhar e procurei maneiras de tirá-lo do espaço de desenvolvimento pessoal e entrar no campo das ações. Procurei maneiras de alcançar um mercado mais amplo do que o trabalho geralmente visava. Eu até vi como o processo acabaria um dia dominando o sistema escolar, mas pensei que isso aconteceria talvez em cinquenta anos.

Como eu estava vendo tudo isso acontecendo enquanto eu estava "apenas olhando", eu pude ver que essa ideia me compensaria, assim como ajudaria milhões e talvez até bilhões de pessoas ao longo do caminho. Eu posso te dizer que esse sonho foi muito bom! Como eu sonhei, então começou a parecer real e senti que deveria fazê-lo. Não que eu pudesse, mas deveria. Parecia uma compulsão.

Eu sentei e decidi dedicar boa parte de meu tempo criando este sonho maravilhoso e trazê-lo para a realidade de todos os outros. Mas havia uma ressalva, eu só faria o que eu queria fazer. Eu criaria apenas o sucesso nos meus termos e não sairia de uma coisa antes de terminar o trabalho em que estava empenhado. Eu não estava mais preparado para correr contra o tempo ou estar sempre ocupado.

Eu queria aproveitar cada momento e não perder a jornada. Eu queria que a jornada fosse minha recompensa. O destino, se fosse para acontecer dentro da minha vida, viria na hora certa e no caminho certo, pois tudo o que acontecesse seria o melhor para mim. Eu estava indo criar um enorme sucesso, mas eu ia viver para a minha verdade fundamental, sucesso nos meus termos!

Como eu disse anteriormente, o único limite que você tem é a sua própria

imaginação. Para usar a lei da atração em seu potencial máximo, tudo o que você tem a fazer é não limitar sua imaginação e optar por não duvidar de que você pode alcançar o impossível.

Você vê as coisas como possíveis? Porque vê-las como impossível resultará apenas em ser impossível. Então, em que você se beneficia?

“O desejo é o ponto de partida de toda conquista, não uma esperança, não um desejo, mas um desejo aguçado e pulsante que transcende tudo, que te dá motivos para agir. ” Motivo + Ação resulta em motivação permeado pelo entusiasmo tornará você inabalável. Meu desejo transcendeu o impossível, e essa foi apenas uma escolha que eu fiz.

Buda disse: “O que você é, é o que você tem sido. Quem você será é o que você faz agora”. Escolha novamente, mas agora você pode ver o nível em que você precisa estar, ciente de como você vive o seu modo de vida.

Wallace D. Wattles disse: “Você deve se tornar um criador, não um concorrente; você vai conseguir o que quiser, mas de tal forma que, quando conseguir, todo homem terá mais do que ele tem agora”. Você pode ver como eu estou vivendo como criador, não como um concorrente? Eu vou conseguir o que eu quero. Isso não é apenas viver uma vida abundante. É viver a abundância como um modo de vida. Para você se tornar o mestre que você é realmente concebido para ser, você deve começar hoje a viver cada momento como um criador. Pense nisso por um tempo se você precisar.

Agora olhe ao seu redor para as coisas que você não gosta em sua vida e pergunte a si mesmo: “O que está em mim que está fazendo com que essa situação persista? O que eu estou deixando de aprender que está fazendo a vida me dar a mesma lição de novo? ”. Se você pode aprender isso, então você pode sair de qualquer rotina.

Por que não considerar que você é o arquiteto de sua vida e pode mudá-la e melhorá-la à medida que avança? O que você quer melhorar hoje? Pergunte isso a si mesmo. Isso está levando a sua vida para aquilo que você sonha? Se você mudar a maneira como olha para as coisas, então as coisas que você olha mudarão. Essa é uma estrutura de pensamento realmente simples que melhorará a qualidade de sua vida a partir do momento em que você começar a usá-la.

Agora esse objetivo pode parecer grande, audacioso e sonhador demais, mas finalmente encontrei uma missão digna de mim. Eu passei a vida inteira jogando pequeno quando aqueles ao meu redor pensavam que eu estava jogando grande. Esse tipo de pensamento não me serve mais. Jogo grande agora. Isso está levando minha vida num rumo que eu estou gostando. "Aponte para as estrelas e você atingirá o céu". Quem sabe o que eu vou conseguir com isso? Talvez eu vá até o fim, talvez eu chegue num ponto de inflexão, talvez eu vá mais longe, quem sabe. O que importa é que eu esteja bem com o que quer que aconteça enquanto eu estou aproveitando a jornada.

Não há decepção, não há medo do fracasso, não sinto falta de algo melhor, algo mais digno. Eu sentei e descobri o que eu queria fazer com o a minha vida e atualmente estou fazendo isso.

Quando você vive sua vida sabendo que decidiu caminhar em apenas uma direção acabará por ter um resultado muito maior do que constantemente mudar de direção, então você pode realmente começar a fazer a diferença. A lei da atração é totalmente neutra, você pode usá-la para criar todas as coisas maravilhosas da vida, ou você pode usá-la para criar e perpetuar a dor. É apenas uma ferramenta e você é o artesão. A questão a ser considerada será o futuro “você”.

Vou manter isso simples, pois é simples. Porque nós não desligamos as

dúvidas de nossas mentes que complica e desperdiça horas e horas por dia. Então, o que eu quero fazer aqui é reunir todas as lições e fazer com que você possa continuar praticando isso para se tornar o mestre.

Se você ainda estiver com dificuldades, estará fazendo um ou mais dos elementos abaixo de forma incorreta e, por isso, precisará voltar e reler para alterar essa parte. Mas se você começar pequeno, descobrirá que essa técnica funcionará e você ficará melhor e, em seguida, muito melhor. Tanto é assim que você notará que criou algumas coisas bem grandes depois que isso acontecer.

Vamos percorrê-lo primeiro, depois darei a você algumas pequenas coisas para criar e construir os novos caminhos mentais que você criou.

Você se lembra disto? Para criar o que você deseja com seus pensamentos, você precisa ter atingido um estado mental em que você realmente aconteceu e sentiu isso acontecer em sua mente. E nesse processo você se torna desapegado porque já o teve. Então, o que acontece é que você trabalha para tornar isso uma realidade para todos os outros, já que isso já é uma realidade em sua mente. E você continua até chegar lá! É assim que criamos.

Ok, vamos criar um processo para isso.

“Estou a 2 passos... do paraíso” (quer dizer 5 passos)

Aqui está um processo de 5 passos para criar qualquer coisa que você realmente deseja.

Passo 1. Primeiro você tem que pensar no que quer, num carro novo, conhecer alguém, resolver um problema, um pouco de dinheiro extra, um novo emprego, um trabalho extra, um convite para algo, ou algo maior como novos negócios, seu parceiro perfeito, uma ideia que mudará o mundo. Você primeiro tem que encontrar algo que você realmente deseja, e se é algo grande, então tem que ser algo que você está preparado para tentar mesmo se você morrer enquanto passa sua vida em sua realização!

Mas se for algo menor, você ainda terá que continuar até conseguir, pois o tempo não é importante. O desejo de realizá-lo é a parte importante. Você tem que ter um grande desejo pulsante por algo. Isso é essencial para o seu sucesso em se tornar esse criador poderoso.

Passo 2. Você tem que viajar para frente no tempo com sua mente e experimentar a sensação de ter tido o que você deseja, pois já aconteceu. Você pode sentir que isso aconteceu alguns minutos atrás, alguns meses atrás, ou alguns anos atrás, não importa, mas isso já aconteceu. Você quer experimentar como se sente agora que isso aconteceu, veja como você está feliz consigo mesmo por manifestar isso. Esteja presente lá. Curta esses momentos.

Sinta como você é grato por estar agora em sua vida e como você é grato por ter demonstrado a si mesmo que poderia mudar seu mundo apenas com sua mente.

Veja quanto tempo demorou para acontecer e como isso não aconteceu até

que fosse a hora perfeita e da maneira perfeita. Sinta como você se sente relaxado sabendo que o tempo não era importante.

Veja como isso entrou em sua vida, você está apenas sonhando, então poderia ter vindo de alguma forma, já que é apenas uma das maneiras possíveis e não tem que ser a forma exata. Sinta como tudo se encaixou. Sinta o quão certo é isso, você projetou tê-lo, e então entendeu. Agora você sente que é parte de sua experiência de vida.

Preencha sua mente com detalhes sobre como tudo isso é para você. Lembre-se como se sentiu no dia em que você conseguiu. Que sensação de realização que foi. Que ótimo que você se sentiu. Como você foi capaz de usar seu sucesso para inspirar você a um maior sucesso. Você fica aqui pensando nisso até sentir que já teve.

Eu vou dizer isso novamente, caso você tenha perdido, pois é essencial para o seu sucesso. Você fica aqui pensando nisso até sentir que já teve.

Quando você sentiu que você tinha, então você pode passar para o passo 3, não antes. Isso pode levar menos de 10 minutos ou um período de tempo bem maior. Basicamente, não importa quanto tempo demore, mas você não pode ignorar isso! Você tem que ter acontecido em sua mente primeiro.

Passo 3. Esse não fará sentido e não funcionará a menos que você tenha feito o passo 2. Agora, considere que depois que você tiver feito isso acontecer de verdade em sua mente. O sentimento que você deve estar experimentando é um dos "bem, isso obviamente vai acontecer no momento certo e no caminho certo. Isso vai acontecer quando for o melhor momento de acontecer comigo".

Pode sentir isso? Esse é o sentimento que você deve ter em mente. Não siga em frente até conseguir. Para obtê-lo, continue executando os passos 2 e 3 até

que isso aconteça. Ou se você não conseguir dominar a lei da atração, siga em frente. Uma escolha, como de costume, é o problema e a solução (para cada escolha, uma renúncia).

Quando você tem esse sentimento, você criou a parte mágica da lei da atração, pois ambos estão apegados ao seu sonho ou desejo, e separados dela ao mesmo tempo. Isso está demonstrando abundância para o universo e mostrando a sua mente subconsciente o que você pode obter de uma forma muito legal e descontraída. Para qualquer coisa que você tenha alcançado na vida, você alcançou esse estado de sentimento e mente antes de consegui-lo.

Passo 4. Você começa a tomar as ações apropriadas que pode tomar para trazer à realidade de todos os outros. Para mim, a ação apropriada foi justamente escrever esse livro. Foi avaliar todas as minhas opções e então decidir como investiria meu tempo da melhor forma.

Com cada coisa que me propus a alcançar, enchi minha mente com pesquisas sobre o assunto e me tornei um especialista em um período muito curto de tempo. Eu fiz o que eu desejava com meu pensamento dominante e foco. Mas eu fiz isso sem precisar, sem querer de uma maneira muito relaxada, distanciada, mas focada. É assim que você cria o que deseja.

Eu estava apenas trabalhando fortemente, veja, nada acontece sem a ação. Quero lembrar insistentemente que isso não é um método onde você simplesmente pensa e, sem ação nenhuma as coisas acontecem. Agir, movimentar, o entusiasmo, todas essas questões são extremamente importantes. Porém você estará agindo da maneira correta e com o foco necessário para atingir suas metas o que deixa de ser penoso. Eu faço isso e espero as “coincidências fabricadas” acontecerem. Sonho e desejo me dar muitas coisas. Quando percebo uma coincidência, vejo provavelmente como um manifesto do universo, uma resposta. Eu escolho olhar dessa maneira,

pois isso ajuda. Eu tenho alguma prova, não! Eu preciso de alguma, definitivamente não, só meu ego precisaria de prova. Eu aceito com gratidão a coincidência e considero que isso foi eu juntamente com o universo manifestando-se. Eu acho que a coincidência vai ajudar? É claro que sim. Minha confiança é automaticamente aumentada a cada pequeno passo da manifestação.

Passo 5. Você continua até que a realidade em sua mente tenha sido trazida para a realidade de todos também. Então você simplesmente opta por continuar. Neste ponto você pode usar esta estrutura para manter a mente focada: “Se isso ainda não aconteceu, então não deveria ou eu perdi alguma coisa. Vamos ver se eu perdi alguma coisa. Afinal, isso vai acontecer no melhor momento e da melhor maneira para mim”, então eu me pergunto o que eu ainda tenho que aprender? Eu usei isso inúmeras vezes quando balancei minha determinação. O engraçado é que você não está procurando forçar sua manifestação à existência. Você está procurando aplicar menos esforço e mais consideração ao assunto. Ao fazer isso, você descobrirá que às vezes as coisas simplesmente surgem.

Lembre-se de fazer pausas quando sentir vontade. Você acha que eu escrevi este livro de uma vez só? Não, demorei alguns dias e quando me senti cansado ou errado de alguma forma, simplesmente parei e me permiti voltar ao meu pleno potencial.

Observe como você se sente, e atente para o seu ego tentando lançar dúvidas em você. Não force essas dúvidas para fora de sua mente. Apenas os veja pelo que eles são, "inúteis e destrutivos em conseguir o que você deseja."

Então você simplesmente continua trabalhando mantendo o foco na fabricação de coincidências e trazendo o que você tinha em mente para a nossa realidade. Não é uma questão de desistir. A única razão para parar é

quando você genuinamente não deseja que isso aconteça mais. O mais engraçado é que às vezes isso acontece mesmo depois que você desistiu. Se você desistir de saber se isso funciona ou não funciona, então você estará certo. Uma escolha!

Enfim...

O processo de manifestação pode sempre produzir algo maior e melhor também. Esteja sempre aberto para uma manifestação maior. As pessoas me perguntam: “Como posso ter certeza de que nunca vou desistir do meu sonho?”. A resposta é: você não pode desistir de algo que se tornou real para você. Então, torne isso real para você e, em seguida, siga em frente.

Algumas dicas para praticar e construir seus “músculos mentais”. Como todas as coisas grandes e pequenas, lembre-se disso; você deve saber que, se puder pensar, já é criado como uma possibilidade. Pode não ser uma probabilidade, mas tudo bem. Seu trabalho é apenas empilhar as possibilidades tanto quanto possível para reduzir as chances na probabilidade.

Então sugiro que você comece pequeno, pois essas coisas vão convencê-lo do seu poder de se manifestar. Quando você atingir mais confiança em sua habilidade você ousa sonhar mais alto. E você terá mais munição para combater seu ego.

Manifeste isso - Decida criar um extra de \$150 ou \$200 em sua vida através de algo acontecendo.

Manifeste isso - Decida ter um encontro casual com alguém que irá inspirá-lo e, assim, a presença dele irá convencê-lo de que você pode se manifestar. Ele não precisa ser famoso, apenas que ele diga ou faça algo que você perceba como algo que você pediu.

Manifeste isso - Decida ter uma viagem mais prazerosa do que imaginava na próxima ida ao trabalho ou em qualquer lugar. Então decida sempre ter jornadas agradáveis.

Manifeste isso - Decida ter mais coisas boas simplesmente acontecendo com

você, veja-se como sendo mais feliz por causa de todas as coisas boas que aconteceram.

Manifeste isso - Decida que alguém que você conhece vai ligar para você ou entre em contato com você de alguma forma.

Execute o processo completo de manifestação de 5 etapas para cada um deles ao mesmo tempo ou separados. Sua escolha. Divirta-se e brinque como a criança que você já foi.

Faça uma pausa e lembre-se sempre de se deliciar consigo mesmo. O tempo não importa, o seu sucesso é inevitável e um processo que você alcançará se continuar a fazer as coisas certas da maneira certa.

Eu resumi muito todos meus estudos e experiências aqui e você pode usá-los para manter sua mente em sintonia. Bob Proctor disse: “Repetição é a primeira lei do aprendizado”, e se você quiser ser capaz de levar sua vida ao estilo de vida que descrevi aqui, então você pode querer rever esses pontos algumas vezes na semana para ajudá-lo em sua jornada para tonar-se o arquiteto de sua própria vida.

Considerações

- Posso mudar meu mundo se achar que posso e se não duvido. Eu devo escolher lembrar disso e observar meu ego para ver se estou realmente vivendo isso como um modo de vida.
- Eu estou vivendo para a verdade da lei descrita no passo 1 do processo de 5 etapas ou estou apenas tentando conhecê-lo.
- Meus pensamentos governam minha vida. Estou vivendo isso.
- Eu sou um criador. Eu crio em minha vida situações e circunstâncias que estão em harmonia com meus pensamentos dominantes.
- Considere seu estado de pensamento; saiba que você cria, então saiba o que você está criando.
- Se você pode conceber o seu futuro, então, ele existe como uma realidade potencial, tudo que você tem que fazer agora é trazê-lo para a realidade. Você só precisa saber que é real, que pode criar o resultado escolhido e como deve agir exatamente.
- Certifique-se de estar no lugar certo para criar, pergunte a si mesmo com frequência: “Estou à vontade com esse momento? ” E pergunte-se com frequência: “O que está acontecendo dentro de mim agora? ”.
- Se não está funcionando, só não está funcionando ainda - verifique se o seu ambiente está certo em sua mente.
- Estou escolhendo ser feliz agora.
- Estou lembrando de praticar ser grato.
- Não estou me preocupando com o tempo.
- Se isso ainda não aconteceu, então o que eu ainda tenho que aprender. Lembre-se de aceitar como é e continue encantado consigo mesmo.

- Você está vivendo para o fato de que tudo sempre vai funcionar para o que for melhor para você. Que tudo vai acontecer exatamente no momento certo e no caminho certo para você

Ao mudar sua percepção da lei da atração, de deixar de pensar que algo do lado de fora é o que importa e entender que tudo vem de dentro de você. Isso libera você para entender que você tem o poder sobre tudo. Se, isto é, você decidir fazer.

Aqui estão algumas palavras de sabedoria para inspirar você de alguém que teve uma das maiores mentalidades que já vi:

“Impossível é apenas uma grande palavra usada por homens pequenos que acham mais fácil viver no mundo que receberam do que explorar o poder que têm para mudá-lo. Impossível não é um fato. É uma opinião. Impossível não é uma declaração. É um desafio. Impossível é potencial. Impossível é temporário. Impossível não é nada!” Muhammad Ali

O impossível é possível para você, se você acha que é. Se você não o fizer, então você deve desistir e apenas desfrutar de estar onde você está, assim evitará muita frustração!

Mas se você acha que o impossível é possível, então seja grato por tudo que você tem e tudo o que está vindo para você. Apenas seja grato pelo que você já fez acontecer em sua mente. Você está mostrando ao seu subconsciente o que deseja.

“Pedi e recebeis; buscai e achareis;
batei e vos será aberto. Porque todo
aquele que pede, recebe; quem busca,
acha; e quem bate, abrir-se-á”

Mateus 7, 7-8

SABER LER AS EMOÇÕES

As emoções são a nossa primeira reação diante de qualquer evento. São mecanismos básicos que alteram a nossa fisiologia e nossa vivência. Diversas pesquisas são feitas nessa área. Posso dizer que essa é uma área que muito me atrai e tenho um grande prazer em estudar e ler a respeito disso. Paul Ekman, após anos de pesquisa, conclui que temos 7 emoções e expressões básicas e universais. Não importa sua origem, etnia, cultura, elas são as mesmas. São elas: Alegria ou Felicidade Genuína, Raiva, Tristeza, Desprezo, Surpresa, Aversão ou Nojo e Medo. Sim elas são universais e sim, elas têm o mesmo *design* em qualquer pessoa de qualquer país de qualquer cultura em qualquer lugar do mundo. Veja na foto a seguir como é cada uma dessas expressões no rosto de uma pessoa.



Neutro



Alegria



Raiva



Tristeza



Desprezo



Surpresa



Aversão



Medo

7 emoções básicas segundo Ekman e Friesen, 1968. (fotos originais: domínio público)

Não vou ficar preso a conceitos nem técnicas. Aqui seremos bem breves e na parte de indicação de livros vou relatar os principais que eu li e que

provavelmente também lhe será útil caso queira se aprofundar no assunto. Basicamente, saber ler as emoções faz com que você tenha mais influência sobre as pessoas. Você as entende, passa pelo processo de empatia e faz com que ela simplesmente deixe você exercer influência sobre ela. Não estou falando que você se tornará um manipulador, não é isso! Mas você saberá ser muito mais empático, qual rumo tomar numa conversa, mostrar-se realmente interessado e atencioso ao outro. A princípio, será difícil enxergar o uso disso no dia a dia. Mas você perceberá as estratégias para te ajudar a conquistar relações interpessoais bem-sucedidas, sejam ela do trabalho, em casa, no clube ou em qualquer outro lugar onde tenha a interação humana. Por exemplo: Vendedores novatos e experientes, para transmitir uma postura ética e confiável, que mostre segurança para sua clientela. Qualquer nível hierárquico que você ocupe numa empresa, seja para transmitir ou receber uma mensagem, ler as emoções dos indivíduos fará com que você se comunique melhor. Isso gera uma maior empatia. Seja você pai ou mãe, saber ler as emoções de seu filho vai melhorar, estreitar e reforçar a relação com eles. Ou somente mesmo para buscar amizades ou até mesmo relacionamentos. Ler emoções é saber estabelecer uma experiência de interação harmoniosa. Aqui quero que aprenda a usar somente um conceito que é a fórmula da amizade apresentada por um ex-agente do FBI Jack Shafer. Ela é um instrumento mágico na questão de interação humana. Sabê-la e compreendê-la é o primeiro passo para relações interpessoais bem-sucedidas. Depois recomendo muito que estude sobre expressões faciais, comportamento e linguagem não verbal. Esse é realmente um assunto longo. Bom, levando em conta que você já entendeu como funciona a lei da atração que é uma interação entre você consigo mesmo e o Universo, chegou a hora de aprender a lidar da melhor forma com relações interpessoais. Você já sabe as 7 emoções básicas e normalmente para chamar a atenção de alguém basta

saber acionar e criar um vínculo com uma delas. Pense em peças publicitárias marcantes, elas provavelmente remetem você a alguma das 7 emoções básicas. Por exemplo as fantásticas propagandas de final de ano da coca cola felicidade e surpresa normalmente.

Vamos ao que interessa. A formula da amizade é formada por 4 blocos:

Amizade = Proximidade + Frequência + Duração + Intensidade

Sendo bem direto podemos explicar da seguinte forma cada bloco:

Proximidade: é a distância que separa você do indivíduo e a sua exposição para esse indivíduo num intervalo de tempo.

Frequência: é o número de contato (ainda que somente visual) que você tem com esse indivíduo num determinado intervalo de tempo.

Duração: é a quantidade de tempo que você passa em exposição para o outro indivíduo.

Intensidade: aqui entra a sua capacidade de ler as emoções e satisfazer psicologicamente ou fisicamente os anseios e desejos do indivíduo por meio de comportamentos verbais e não verbais. Aqui entra a sua capacidade de empatia. A intensidade é uma arma poderosa na construção de qualquer tipo de relacionamento. Não pense em intensidade apenas da forma romântica nesse caso.

Você está o tempo todo enviando sinais para as pessoas que te rodeiam, seja com uma carranca ou com um semblante mais leve e agradável. As tecnologias diminuíram bastante a questão de interação face a face e as pessoas estão perdendo um pouco a habilidade de se relacionar. Como tenho 3 adolescentes em casa, noto que quando eles se encontram a interação entre eles é dividida com a tela dos *smartphones*. Não estou aqui para defender

nem recriminar a tecnologia, mas devemos ensinar e incentivar essa interação humana para que eles também aprendam a ler as emoções e tornem-se pessoas mais empáticas. Isso é muito valioso para aplicar a regra de ouro. Quando deseja iniciar uma interação amistosa envie sinais amistosos como: levantar levemente as sobrancelhas, inclinar a cabeça para o lado e um sorriso, o verdadeiro não o falso. A principal diferença entre um sorriso verdadeiro de um sorriso social é que no verdadeiro formam-se os “pés de galinha” no canto dos olhos. Esse sorriso verdadeiro é muito poderoso como um sinal amistoso. Não vou prolongar mais do que isso quando digo de emoções. Quero apenas que entenda as emoções básicas e que aprenda o conceito da fórmula da amizade. Aplicando isso no seu dia a dia você verá que estará construindo relações muito mais fortes com as pessoas. Vá dosando cada um dos blocos até ver aquele que mais vai dominar em cada fase de interação.

“As emoções mudam a maneira como vemos o mundo e como interpretamos as ações dos outros.”

Paul Ekman

HACKEANDO SUA MENTE

Aqui tenho que fazer uma grande referência a um menino bem jovem, mas que é realmente diferenciado. Do tipo que vai conquistar o mundo. Raian dos Santos tem um livro que também será indicado e é nesse livro que essa seção inteira é baseada. Como disse lá no começo desse livro, depois de conhecer a obra de Napoleon Hill passei a admirar e a pesquisar sobre a vida de personagens de sucesso tanto profissional quanto pessoal. Jorge Paulo Lehmann, Silvio Santos, Bonaparte, Alexandre o Grande, Martin Luther King, Michael Jordan, Sylvester Stallone, Abilio Diniz, Andrew Carnegie, Thomas Edison, Lincoln, Sir Arthur Conan Doyle, Paul Ekman, Andre Agassi, Martin Luther King, Ayrton Senna, Hortência, Marta do futebol, Fernanda Montenegro, Hebe Carmargo, Oprah Winfrey, Hellen DeGeneres... a lista pode ser enorme. Todos eles têm histórias de vida diferentes, em diferentes lugares, em diferentes épocas, porém todos eles desenvolveram para si mesmo um sistema de hábitos que os auto motivaram e auto disciplinaram. Esses hábitos são os *hacks* que você pode e deve usar. Eu não consigo usar plenamente todos que sugiro aqui, mas me esforço muito para incorporar eles em minha rotina.

Hack #1 – Pare de perder tempo com redes sociais.

Sim, hoje temos essa sensação de emergência quando vemos nosso celular tocar ou vibrar por uma notificação nova. Se você conseguir mensurar isso vai se assustar com o tempo que gasta nisso. Se isso for seu trabalho ok. Mas se não for, tente interagir mais com as pessoas ao seu redor. Aposto que você já deve ter presenciado a cena de um casal no restaurante onde ambos estão olhando para o celular e não estão interagindo um com o outro. A não ser que tenha um assunto de fundamental importância ou esteja de plantão é chato demais ficar vendo as pessoas desviando a todo momento a atenção para o celular. Você deve achar irônico encontrar isso aqui, sendo que eu mesmo tenho meus negócios online e sou presente nas redes sociais. A questão é que quando estou presente com alguém eu realmente tento ao máximo possível estar lá, presente. Viva o momento com quem está ali.

Hack #2 – Utilize no dia a dia eventos *time boxed*

O conceito *time boxed* vem do gerenciamento de projetos ágeis como o SCRUM. Isso nada mais é do que determinar um tempo específico para realizar com foco total uma atividade. Vamos supor que você tem uma prova e precisa estudar. Você determina que precisa estudar por 1 hora e outra 1 hora você vai resolver exercícios. Ligue um despertador e foque em estudar por uma hora sem nenhum tipo de interrupção e com total atenção. Passou uma hora, de uma descansada (*time boxed* também) 10 ou 15 minutos e volte para realizar a próxima atividade. Faça isso com várias tarefas do seu dia e você ganhará o hábito do foco e da excelência, além de tornar seu dia muito mais produtivo. Vai aprender a se concentrar. Você aprenderá que não precisa ser multitarefa. Isso acaba com a filosofia de “deixa a vida me levar...”

Hack #3 – Recompense a si mesmo

Essa é fácil. Cumpriu seu cronograma? Terminou algo importante? Permita-se uma recompensa. Pode ser ir ao cinema, comer um doce, jantar fora, jogar vídeo game. Mas saiba que essa recompensa é porque você cumpriu algo. Eu mesmo estou fazendo um curso superior de engenharia de produção, toda vez que termino de uma sequência de aulas e faço uma lista de exercício eu me presenteio.

Hack #4 – Conheça e Aplique o Princípio de Pareto

Esse princípio também é conhecido como 80/20 que significa que 80% dos resultados vem de 20% dos esforços. Como assim? 80% dos seus lucros vem de 20% dos seus investimentos, 80% da sua receita vem de 20% dos seus clientes e assim vai. A dica é descubra quais são seus 20% de qualquer coisa (objetos, pessoas, rendas, sentimentos, etc.) e foque nisso, deixe os outros 80% de fora. Esse ainda é um desafio para mim.

Hack #5 – Beba Pelo Menos 2 Litros de Água Por Dia

Isso faz totalmente a diferença no seu corpo, mente e dia. Basta fazer uma rápida busca no google é você vai ver incontáveis estudos falando sobre os benefícios de bem hidratar-se. Sua disposição, humor e até a parte cognitiva melhoram. Se precisar utilize aplicativos para te lembrar de tomar água.

Hack #6 – Exercite-se diariamente

Você não precisa virar um rato de academia, mas criar uma rotina de exercícios é bem importante para manter o corpo saudável, uma boa oxigenação no cérebro entre outras coisas. Vou contar da minha rotina de 6 dias na semana com 1 de descanso. São 30 flexões de braço; 50 abdominais; 20 burpees e 30 afundos de tríceps na cadeira. Estou tentando criar o hábito de correr pelo menos 20 minutos diários. Logo vou integrar isso na rotina também. Para incorporar algum exercício no dia a dia, estacione seu carro ou moto a 1km do seu serviço, ou desça pontos antes caso utilize transporte público. Só aqui você já vai caminhar 2km diariamente. Procure alongar-se diariamente também. Isso é muito bom. Lembre-se que para começar qualquer atividade física seu médico deve ser consultado. Eu não sou médico nem mesmo educador físico. Só quero incentivar você a ter uma vida ativa e contei a minha rotina.

Hack #7 – Escreva uma “Caderneta da Gratidão”

Todas pessoas felizes e que dominam a lei da atração agradecem tudo quanto podem. Não há tempo a perder olhando a grama do vizinho. Pense no final do dia tudo que você pode agradecer. Escreva pelo menos 10 coisas. No começo pode ser difícil, mas você verá que realmente é muito fácil. Só 10 itens mais fácil ainda. Inclua no seu diário coisas que você ainda não tem no plano físico, mas que já fez os 5 passos e tem certeza que vai conquistar, por exemplo eu sempre agradeço por este livro ter se tornado um *Best Seller* e ter ajudado milhões de pessoas a despertar para o sucesso. Isso envia uma mensagem, uma energia para o universo muito forte.

Hack #8 – Reserve um tempo para você e medite

Esse é de longe o mais difícil para mim. 10 minutos basta. Veja uma meditação guiada no YouTube, baixe um aplicativo que ajude nisso. Esvaziar a sua mente por esses minutos ajuda a aliviar o stress, ser mais criativo e melhorar seu desempenho. Aqui estou sendo totalmente “faça o que eu falo mas não faça o que eu faço”. Mas juro, estou tentando incorporar isso e melhorar dia após dia.

Hack #9 – Tenha uma playlist motivacional

Todos nós temos alguma música que mexe interiormente com nosso ser. Sabe aquela música que te motiva e te faz querer agir, ir adiante? Faça uma seleção de pelo menos 5 delas e no máximo 15. Ela não precisa ser fixa. Eu mesmo mudo uma ou outra. Mas sempre que se sentir sem motivação para algo, ouça. Vai fazer uma grande apresentação e quer virar um “bicho” antes? Ela também vai servir. Vou deixar a minha própria playlist no Spotify. Quem quiser pode me seguir, ouvir e ver o conteúdo compartilhado. Enquanto escrevo essas linhas vou compartilhar minha atual playlist motivacional. O nome dessa Playlist é “Meu Sucesso”. A ordem é aleatória não significando que uma é mais motivacional que a outra.

- 1 – Coragem – Diogo Nogueira
- 2 – Mais uma vez – Renato Russo
- 3 – The Avengers – Alan Silvestri
- 4 – Icarus (feat. Julie Elven) – Iván Torrent, Julie Elven
- 5 – Aqua Vitae – Future World Music
- 6 – Rise – John Dreamer
- 7 – Savage – Sam Tinnesz
- 8 – ‘Till I Collapse – Eminem
- 9 – Dreams – Van Hallen
- 10 – No Easy Way Out – Robert Tepper
- 11 – Rock You Like a Hurricane – Scorpions
- 12 – Foco, Força e Fé – Projota
- 13 – Só os Loucos Sabem – Charlie Brown Jr.

14 – Trem Bala – Ana Vilela

15 – Figured You Out – Nickelback

Bônus – Maior Que As Muralhas - Fresno

Atualmente uso muito refrão da música do Projota, e digo para mim mesmo

“Foco: um objetivo pra alcançar
Força: pra nunca desistir de lutar e
Fé: pra me manter de pé enquanto eu puder
Haja o que houver, só preciso de
Foco: um objetivo pra alcançar
Força: pra nunca desistir de lutar e
Fé: pra me manter de pé enquanto eu puder
Só preciso de foco, força e fé”

Use sua playlist abundantemente. Cultive essa emoção boa que sua playlist motivacional de sucesso desperta em você.

Hack #10 – Cultive a Motivação

Todo dia veja vídeos motivacionais e salve seus preferidos. Ouça áudios de motivação. Faça um álbum de fotos importante que te dê motivos para seguir em frente (família, viagens, lugares). Outra coisa que dá um gás na vida é buscar por histórias de superação de pessoas como eu e você. Elas são muitas e nem sempre o que elas buscam principalmente é o dinheiro.

Pelo menos uma vez por semana tente descobrir uma história assim. Garimpe na internet. Comece com os famosos que você admira. Depois vá indo para as pessoas anônimas. Você vai se surpreender em ver como existem muitas pessoas que são exemplo de superação. Eu mesmo vejo de perto um exemplo de superação de um primo (Flávio você é uma pessoa que faz toda a diferença na minha vida e na vida de muitos). Mesmo com muita dificuldade para algumas coisas ele parece não se importar com isso e faz tudo (e muitas vezes até mais), que uma pessoa em plena condição e capacidade faz. Se prestar atenção, com certeza vai encontrar próximo a você um exemplo também.

Hack #11 – Elogie e ajude.

Já comentei isso anteriormente, mas como pode ver tudo aqui flui para que você tenha a mentalidade positiva e motivada para a vida. Elogie sinceramente uma pessoa no seu dia. Pode parecer estranho, mas isso muda completamente a vida de uma pessoa muitas vezes. Elogie sinceramente. Sem esperar nada em troca. Um elogio gratuito. Sobre qualquer coisa, desde que seja verdadeiro. A mesma coisa sobre ajudar. Faça isso que o universo devolve. Isso faz elevar sua autoconfiança e autoestima. Quebre o negativismo que paira no mundo.

Hack #12 – Invista em si mesmo

Esse de longe é o melhor investimento que você pode fazer. Para quem é espiritualista e conhece a bíblia quero citar 2 versículos. Esse provavelmente você deve conhecer, diz assim: “conhecereis a verdade e a verdade vós libertará” João 8:22. Procure conhecimento, procure encontrar a verdade e assim você será livre. O outro, não é tão famoso, mas você vai perceber que é uma referência antiga da Lei da Atração, e diz assim: “- Amado, oro na expectativa de que tenhas boa saúde, que sejas bem-sucedido em tudo o que empreenderes, assim como é próspera a tua alma.” 3 Jo 1:2. Traduzindo o “assim como é próspera a tua alma”. Alma, no conceito bíblico é a junção de Intelecto (como você pensa, grau cognitivo) + Emoção (como você lida com você mesmo) + Sentimento (como você lida com os outros). Sendo assim, perceba que você nunca irá prosperar em nada se não prosperar a sua alma. Você vai prosperar em tudo, assim como já é próspera a sua alma. Suas emoções têm de estar saudáveis, seus sentimentos em ordem e seu intelecto nunca foi um problema. Arrume a bagunça, invista em você mesmo e vamos em frente. Vale também fazer cursos online. Hoje temos várias plataformas como Udemy, Edx, entre outras. Sem desculpas.

Hack #13 – Leia Mais Livros

Ler expande horizontes, desenvolve a criatividade, o pensamento crítico e muitos outros benefícios que você já deve estar cansado de ouvir falar. Esse hábito vai ajudar você a conhecer coisas novas, ter ideias novas e quem sabe, não te dar inspiração para você mudar o mundo. Há um bom tempo atrás, li em algum lugar que um grande empresário reservava por dia a leitura de pelo menos 15 páginas de um livro que ele queria ler. Somente 15 páginas. E era todo dia, sem desculpas. Em 30 dias ele tinha lido 450 páginas. Isso as vezes dá um, dois, até 3 livros ou mais por mês. Eu me tornei um grande leitor assim, mas um pouco mais modesto. Leio no mínimo 10 páginas por dia (tudo bem que comumente vou bem além disso). Sem desculpas, sem auto sabotagem.

Se quiser um conselho, aprenda uma linguagem nova, de preferência uma linguagem de programação. Pode ser Java, PHP, HTML, qualquer uma. Isso está intimamente ao nosso futuro e será a nova língua universal visto que tudo se encaminha para a internet e plataformas digitais.

“É mais fácil vencer um mal hábito
hoje do que amanhã.”

Confúcio

LEITURAS QUE VALERAM MUITO

As 16 Leis do Sucesso – Napoleon Hill

É um curso prático que reúne as 16 poderosas lições que são as bases de toda filosofia de Napoleon Hill.

A Lei do Triunfo – Napoleon Hill

A lei do triunfo é o resultado de mais de 20 anos de pesquisa entrevistando e investigando grandes líderes.

Os Segredos que Vão Mudar Sua Vida – Napoleon Hill, Joseph Murphy e Dale Carnegie.

3 gigantes da autoajuda em só livro. As obras-primas: “Pense e enriqueça”, “O poder do subconsciente” e “Como falar em público e influenciar pessoas no mundo dos negócios” reunidas em um único livro.

Mais Esperto Que o Diabo – Napoleon Hill

Este livro não somente é uma fonte de inspiração e coragem, mas deve ser considerado um manual para todas aquelas pessoas que desejam ser mais espertas que seus medos, problemas e limitações.

Manual de Persuasão do FBI – Jack Shafer

Ex-agente do FBI ensina como influenciar, atrair e conquistar pessoas para obter sucesso nas relações interpessoais.

O Mentalista – Thorsten Havener

Thorsten Havener, nos ensina os segredos para aprender a ler os pensamentos dos outros no dia a dia, por meio de uma série de técnicas e exercícios práticos, baseados na sua experiência pessoal e científica.

Eu Vou Te Ensinar A Ser Rico – Ben Zruel

Ben Zruel vai mostrar a você que viver sem precisar trabalhar todos os dias não é um sonho impossível.

Pai Rico, Pai Pobre – Robert Kiyosaki

O objetivo deste livro é o de partilhar percepções quanto à maneira como uma maior inteligência financeira pode ser empregada para resolver muitos dos problemas comuns da vida.

Escola De Negócios – Robert Kiyosaki

Segundo o autor, cada indivíduo tem o poder de determinar o destino do dinheiro que chega às mãos. A escolha é de cada um.

Hackeando Tudo – Raian dos Santos

Com exemplos concretos, aplicações reais e linguagem bem informal e

autêntica, ensina a lidar com alguns dos grandes problemas enfrentados diariamente pela geração Y. Porém, nós mais velhos podemos aprender muito com ele. Esse rapaz é realmente diferenciado.

O Essencialismo – Greg McKeown

O essencialismo é mais do que uma estratégia de gestão de tempo ou uma técnica de produtividade. Trata-se de um método para identificar o que é vital e eliminar todo o resto, para que possamos dar a maior contribuição possível àquilo que realmente importa.

O Poder Do Agora – Eckhart Tolle

Combinando conceitos do cristianismo, do budismo, do hinduísmo, do taoísmo e de outras tradições espirituais, Tolle elaborou um guia de grande eficiência para a descoberta do nosso potencial interior.

Mindset: A Nova Psicologia Do Sucesso – Carol Dweck

Dweck revela de forma brilhante como o sucesso pode ser alcançado pela maneira como lidamos com nossos objetivos.

O Corpo Fala – Pierre Weil

O livro tenta desvendar a comunicação não-verbal do corpo, primeiramente analisando os princípios subterrâneos que regem e conduzem o corpo.

A Linguagem Das Emoções – Paul Ekman

Criador da série Lie to Me ensina como identificar a emoção que as pessoas sentem através de micro expressões faciais.

Lei Da Atração – Michael J. Losier

Esse livro responde como você é responsável a qualquer vibração que você emita, seja ela positiva ou negativa, dando-lhe mais dessa mesma vibração.

O Segredo – Rhonda Byrne

Esse é um clássico que também vale a pena assistir ao filme. Ao aprender O Segredo, você descobrirá como pode ter, ser e fazer tudo o que quiser. Descobrirá quem você é de verdade. Descobrirá a verdadeira grandeza que a vida reservou para você.

Até aqui, tudo o que foi dito foi baseado totalmente nesses livros. Outros autores também me influenciaram com toda a série de Sherlock Holmes de Arthur Conan Doyle e micro expressões faciais no canal do Vitor Santos no YouTube, o Metaforando. Ali tive contato mais real e não só no campo teórico como nos livros.

Envie sugestões e opiniões também.

“Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais lutando por dinheiro e poder, então nossa sociedade poderá enfim evoluir a um novo nível”

Thomas Jefferson

AGRADECIMENTOS

“Parte da jornada é o fim” Essa foi a frase do Tony Stark (Homem de Ferro), no trailer de Vingadores 4 – Ultimato. Você chegou até aqui e viu como foi a minha jornada e sei que terá aqui um suporte real que pode mudar sua vida como a minha vem mudando. Quero agradecer a Deus e ao Universo por sempre fazer o melhor para mim, ao meu pai que nunca desistiu de acreditar em mim, até quando nem eu mesmo estava acreditando. Minhas filhas e esposa pelo tamanho da paciência e sempre prontidão, vocês são meu grande motivo e eu as amo demais. Ao grande casal de amigos Jonathan e Giovana que participam ativamente em minha vida. Johny, você é um amigo que admiro demais, sua sabedoria é incrível. Grandes amigos que deixei na USP de Bauru, mas que são para uma vida inteira como Vânia, Selma, Bia, Angélica e Eliana. A lista é longa para agradecer, e se deixar isso dá mais um livro.

Sou muito grato por tudo que tem acontecido em minha vida. Realmente só está acontecendo aqui O Melhor.

Um grande abraço a você meu querido leitor. E agora você tem um grande poder. Lembre-se das sábias palavras do Tio Ben em Homem-Aranha “Um grande poder traz uma grande responsabilidade!”. Tenha a responsabilidade em ser grande, por você, pela sua família, pelo mundo.

Que esse livro possa realmente ser a fagulha que vai promover a sua transformação, o seu Despertar Para O Sucesso!

“O quão feliz é uma pessoa depende da profundidade de sua gratidão”

Anônimo